مقدمـــة فى
الإرشـــاد النفســـى

دكتـور
محـمـد إبراهـيم عيــد
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة عين شمس

الناشر
مكتبة الأنجلو المصرية
١٦٥ شارع محمد فريد – القاهرة

أسم الكتـــاب: مقدمة في الارشاد النفسي
أسم المؤلف: د/محمد ابراهيم عيد
أسم الناشر: مكتبة الانجلو المصرية
أسم الطـــابع: مطبعة محمد عبد الكريم حسان
رقـــم الايـــداع: 2426 لسنة 2005
الترقيم الدولي: I-S-B-N 977-05-2115-9

فهرس المحتويات

الفصل الثالث

الفصل الخامس

الفصل السادس

مقدمة :

تدور موضوعات هذا الكتاب حول الإرشاد النفسى بوصفه علما وفنا ومهارة ، تتخذ من الإنسان الفرد والتلميذ ، والزوج والزوجة والأسرة موضوعات لها ، فى عصر لعل من أهم خصائصه المميزة أنه عصر التفجر العلمى ، والتقدم التكنولوجى المتسارع، والوثبات الكيفية إلى درجة يستحيل معها التنبؤ بما هو قادم من تقدم علمى متسارع وتكنولوجى يمتد ليستوعب كافة مناشط الحياة .

الأمر الذى استلزم أن تكون كافة الطاقات والإمكانات معبأة للمشاركة فى عصر ، الخارج عن إيقاع حركته عن معطيات تقدمه ومعايير الجودة فيه لا وزن له أو قيمة.

وتعبئة الطاقات تستوجب أن يكون الإرشاد قائما له طابعه المتميز ، يوجه ويرشد ويعبء الطاقة ويساعد على بزوغ الإمكانات والقدرات . فثمة استجابات لاتوافقية ومشاعر وقلق وضغوط نفسية ورغبة فى التحصيل والتفوق والعلو ، ومواقف صدمية ،و تعثرات وإحباطات ، فكيف السبيل ونحن مجتمعات فى حاجة إلى قوة أبنائها، وإلى التقدم المتسارع حتى نواكب عصرنا ونعيش معه بقوة واقتدار ، ونحن على يقين بأن العقل هو السيد الذى ينبغى أن يطاع وأن الدين هو المقوم الأساسى لوجودنا ، وأن الشباب العربى هو الوريث الشرعى للمستقبل القادم ، ومن ثم ينبغى إرشاده وتوعيته .

فى الفصل الأول تناولنا مفهوم الإرشاد وما يرتبط به من مفاهيم وما ينطوى عليه من أسس ، وما يهدف إليه من غايات على مستوى الفرد والمدرسة والأسرة وذوى الاحتياجات الخاصة .

وفى الفصل الثانى تناولنا النظريات الأساسية من تحليلية وسلوكية إلى تيار إنسانى متدفق بالمعنى والقيمة والتوجه نحو مستقبل يكون فيه الإنسان هو نفسه وإمكاناته وقدراته .

ثم توالت الفصول موضحة التراث الإرشادى لدى علماء النفس انطلاقا من أدلر ورؤيته التى توضح أن الإنسان ينطوى على ذات مبدعة وأن حياته تمضى كنضال من أجل السمو والتجاوز ، وانتهاء بروجرز الذى يعتبر الأب الروحى للإرشاد النفسى فى عصرنا الحالى من خلال كتبه وكتاباته الخلاقة فى هذا الميدان .

ثم عرضنا لمهارات الإرشاد النفسي ، وما ينطوى عليه من طرائق وفنيات .

وفى الفصل الحادى عشر بينا كيف يمكن أن نعيش الظواهر الإنسانية وكيف نستخدم القياس فى الظواهر الإرشادية ، وفى الفصل هذا قدمنا نموذجا تطبيقيا عن ذلك .

هذا هو الكتاب الذى أقدمه إلى قراء العربية ، آملا أن يكون على مستوى القارئ ، وأن يسد بعض الفراغ فى هذا المجال الحيوى الوثاب .

والله من وراء القصد

إبراهيم عيد



الفصل الأول

الحاجة إلى الإرشاد النفسى

الحاجة إلى الإرشاد النفسي

مقدمة :

لعل من أهم ما يميز عصرنا هو هذا التقدم العلمى والتكنولوجى المتسارع الذى يمتد ليستوعب كافة مناحى الحياة : فى الزراعة والصناعة والاقتصاد وما بعد الصناعة ووسائل المواصلات والاتصالات ووسائل الإنتاج وعلاقات الإنتاج وتكنولوجيا المعلومات التى عن طريقها يمكن استثمار طاقات الإنسان الإبداعية والخلاقة .

وقد وضع هذا التقدم العلمى والتكنولوجى نهاية لعصر التطور البطئ ، والتى كان فيه التغير يمضى موازياً لإمكانات الإنسان على الاستيعاب والتوافق النفسى إلى عصر يستحيل معه التنبؤ بما هو قادم .

وقد واكب هذا التفجر المعرفى والتكنولوجى تغيراً موازياً فى إمكانات الناس على الاستجابة لهذه التطورات العلمية المتلاحقة ، فحينما تتغير الأشياء من حولك فإن تغيراً موازيا يحدث فى داخلك ، ولهذا زادت حدة الاضطرابات النفسية والاجتماعية والسلوكية ، وارتفعت عند البعض حدة الاستجابات اللاتوافقية إزاء الذات وإزاء المجتمع ، وانعكس ذلك على العلاقات الأسرية ، وعلى تعاملات الناس بعضهم مع بعض ، وعلى تعاملات تلاميذ المدارس وطلاب الجامعات .

هنا ، أصبحت الحاجة إلى الإرشاد ضرورة تستلزمها محاولات البحث عن حلول لمشكلات اجتماعية ونفسية وسلوكية لم تعد تقليدية ، فالتطلعات المستقبلية والإصرار على النجاح . ومحاولات الإمساك بالقدرة والإمكانية ، وتجاوز الاضطرابات والقلق والخوف من المجهول ، كل ذلك استوجب أن يكون هناك إرشاداً وتوجيهاً نفسياً .

وتتعدد أنواع الإرشاد النفسى بتعدد مناحى الحياة ، فأصبح هناك الإرشاد الدينى ، والإرشاد الأسرى ، والإرشاد الزواجى ، والإرشاد المهنى ، والإرشاد الأكاديمى ، والإرشاد المدرسى .

مفهوم الإرشاد النفسي

الإرشاد النفسى مفهوم ثقافى – تتعدد فيه الآراء ، وقد تتباين بيد أنه مفهوم ثرى فى محتواه ، متعدد من حيث مجالات تطبيقه فرديا وجماعياً وأسريا وزواجيا ومهنيا وتربويا ... إلخ .

ينطوى على معان تفيد معنى النصح والإرشاد والتوجيه سواء فى منابته اللغوية أو استخداماته المتعددة ، ففى اللغة العربية ، فإن كلمة (رشد) ، رشداً : تعنى اهتدى ، فهو راشد ، ورشد فهو رشيد وأرشده بمعنى أهداه ، واسترشد بمعنى اهتدى وطلب الرشد (محيط المحيط ص ٣٣٦) .

أما مصطلح إرشاد Counseling فى اللغة الإنجليزية ، الفعل منه يرشد ينصح Counsel فهو مشتق من الكلمة اللاتينية Consilium ، وتعنى أن «نكون معاً» أو «أن نتكلم معاً» ، وهذا المصطلح فى أصله اللاتينى صار تاريخيا يتضمن معنى التبادلية mutuality وهو المعنى الذى يتجسد فى تعريف الإرشاد من حيث تأكيد أن المرشد والمسترشد يتفاعلان معاً (Baruth & Robinson) .

ومن هنا فإن الأصل اللغوى للمصطلح فى بنيته الإنجليزية والعربية يفيد معنى الإرشاد والهداية وإسداء النصح والمشورة لمن يريدها .

وثمة تعريفات متعددة لمعنى الإرشاد النفسى ، تفيد بأن الإرشاد النفسى يقدم خدماته النفسية والإرشادية من خلال إجراءات تساعد الفرد على تحقيق التوافق ، وتحرير طاقاته الخلاقة من الإحباطات والخوف والقلق ، ومساعدته على أن يكون نفسه ، محققا ذاته ، وقادراً على الاختيار بين الممكنات ، وعلى المضى قدماً بإمكاناته صوب المستقبل .

ويرى البعض أن الإرشاد فى صميمه عملية تعليمية تقوم على نظريات ومبادئ التعلم ، وأن غاية الإرشاد هو تعديل السلوك Behavior modification ، ليصبح متوافقا مع المتطلبات الاجتماعية الحالية والمستقبلية ؛ من خلال علاقة تتألف من مرشد Counselor ، وهو الشخص الذى أحسن إعداده وتدريبه على طرائق وأساليب الإرشاد النفسى ، ومسترشد Counsellee وهو الشخص أو العميل Client الذى يتلقى عملية الإرشاد .

وقد تبلورت بعض جوانب هذه العلاقة فيما كتبه دولار وميلر وبينسكى وروتر وغيرهم من السلوكيين الذين استخدموا نظريات ومبادئ التعلم فى الإرشاد والعلاج النفسى .

الإرشـاد النـفـسـي من مـنـظـور تـاريخـي :

الإرشاد النفسى قديم قدم الإنسان نفسه ، فالإنسان كائن منتمى لا يستطيع أن يحيا بمفرده بمعزل عن الجماعة ، وهو ضعيف بنفسه ، قوى بالآخرين ، ومن ثم فهو فى حاجـة إلى إرشاد ونصح وتبصير الآخرين . وكـان الآباء والشيوخ والحكماء والمربون يقومـون بهذا العمل ، وهو نصح وإرشاد الآخرين كيمـا يبلغوا إلى سواء السبيل .

والإنسان – كان وما يزال – كائن فى تغير دائم ، يعتريه أحيانا الوهن ويضل الطريق ، ويحتاج إلى المساعدة ليكتشف نفسه ويكتشف إمكاناته ويتجاوز توتره ، وقلقه وغضبه وحيرته واكتئابه ، فكان يصل إلى غايته من خلال الحكماء وأهل الثقة .

ويكاد يكون الإرشاد النفسى أمريكى النشأة ، وهذا راجع إلى أن المجتمع الأمريكى له خصوصية يتميز بها ، فهو مجتمع قائم على الهجرة ، والهجرة بطبيعتها لها روافدها الثقافية والعرقية ، ولهذا يطلق عليه بأنه مجتمع متعدد الثقافات Multi-cultural society ، ومجتمع متعدد العرقيات Multiethnic society ، وأن هذه العرقيات وتلك الثقافات تحاول أن تنصهر فى بوتقة انصهار واحدة melting pot، تمثل الثقافة الأمريكية .

وهذا أمر يتمخض عنه كثير من المشكلات النفسية والأسرية والاستجابات اللاتوافقية ومشاعر القلق والاغتراب والإحساس بالهجر والعزلة وما إلى ذلك وهذا ما أكده اريكسون Eirkson ، عندما أوضح أن كثيراً من الاضطرابات النفسية ثقافية المنشأ أضف إلى ذلك أن صدمة الحرب العالمية الثانية ، وما نتج عنها من أعراض صدمية ومن مشكلات نفسية ، ومشاعر إحباط وخيبة أمل ، وأعراض تالية لصدمة الحرب post traumatic .

كل هذا ، قد جعل الولايات المتحدة الأمريكية من أوائل الدول التى أقامت تقنيات علاجية جديدة ، إلى درجة يعد معها الإرشاد من أبرز معالم التقليد الأمريكى فى تطور علوم وفنون ومهن علم النفس والخدمات النفسية والمجالات الأخرى ذات «الصلة» الوثيقة بها كالتربية والخدمة الاجتماعية والطب النفسى ، ويعنى بمهنة الإرشاد كثير من المنظمات المهنية بالولايات المتحدة الأمريكية ، منها القسم ١٧ علم النفس الإرشادى Division 17; Counseling psychology ؛ الرابطة الأمريكية للإرشاد والنمو American Association For Counseling and Development

وقد تغير مسمى هذه الرابطة إلى «الرابطة الأمريكية للإرشاد» American Counsel-ing Association ، وتضم هذه الرابطة ثلاث عشر قسماً متخصصا فى مجالات عديدة للإرشاد .

ويحدد ميكل بركهام Barkham (١٩٩٨) مسار حركة الإرشاد النفسى من خلال ثلاثة أجيال متعاقبة : الجيل الأول يغطى الفترة من ١٩٥٠ - ١٩٧٠ . ويعالج موضوع هل العلاج النفسى فعّال ؟ وهل ثمة وسائل موضوعية لتقييم العملية العلاجية؛ والجيل الثانى : يغطى الفترة من ١٩٦٠ - ١٩٨٠ وينشغل بتساؤلات علمية، من أهمها «أى العلاجات النفسية أكثر فاعلية» وما مكونات العلاج النفسى التى تعتبر أشد ارتباطا بالنتائج الفعالة ؛ أما الجيل الثالث : فيغطى الفترة من ١٩٧٠ حتى وقتنا الحالى ، ويتعرض لموضوعات شديدة التنوع والثراء ، لعل من أهمها كيف يمكن النهوض بالإرشاد النفسى ، وكيف يمكن جعله أكثر فاعلية وقدره على تغيير السلوك اللاتوافقى ، وكيف يحدث هذا التغيير .

ولعل من أهم المراجع العلمية التى تعالج هذه الأمور كتابى بيرجن وآخر Ber-gin ، وبراون عن العلاج النفسى وعلم النفس الإرشادى (*) .

وقد شهد مجال الإرشاد النفسى تطوراً سريعا فى الأربعينيات من القرن الماضى، حيث استخدم Porter (١٩٤٣) نسق الاستجابة اللفظية verbal response system ، ومسار Synder (١٩٤٥) على المنهج نفسه، مؤكدا أن فراسة المريض وبصيرته تؤثر على استجابته .

ونشر كارل روجرز (١٩٤٢) عمله الرئيسى فى مجال الإرشاد النفسى والعلاج النفسى Counseling and Psychotherapy ؛ ثم تبعه بكتابه الثانى ، العلاج المتمركز حول العميل Client - Centered Therapy وفى هذا الكتاب حدد روجرز طريقته فى العلاج والإرشادى النفسى ، وبين أنها تقوم على أسس مستمدة من الفنومنولوجيا ، وأن سلوك الفرد تحكمه إدراكاته ، وأن الإنسان لديه نزعة فطرية إلى تحقيق الذات ، وأن الإنسان خير بفطرته ، وأنه فى سعى دائم صوب الكمال وأنه كائن ينطوى على ممكنات Possibilities وعلى إمكانات كامنة Potentialities ، وأن هذه الممكنات وتلك الإمكانات من شأنهما دفع الإنسان صوب التميز والاستقلالية والنضج والنمو المتواصل والإبداع .

(*) Bergon and Garfield's (1994a) Handbook of Psychotherapy and Behavior change Brown and Lesnt's (1992) Handbook of Counseling Psychology .

وفى المملكة المتحدة حقق الإرشاد النفسى وثبات تطورية من خلال «الجمعية النفسية البريطانية British Psychological Society» ، حيث وافقت هذه المؤسسة فى عام ١٩٨٢ على إنشاء «قسم علم النفس الإرشادى Counseling Psychology Section» الذى يحقق تطوراً علمياً متواصلاً ، منذ إنشائه وحتى الآن ، من حيث إعداد المرشدين وتقديم البرامج والخدمات الإرشادية من خلال الالتزام بخمسة أهداف رئيسية لعلم النفس الإرشادى ، تتمثل فى :

(١) رفع مستوى الوعى ، ليس بين المرشدين النفسيين فحسب ، بل بين المشتغلين بعلم النفس بأهمية العلاقات الإنسانية باعتبارها متغيرا جوهريا له دلالته فى العمل مع الناس .

(٢) زيادة تأكيد قيم النزعة الإنسانية Humanistic ، باعتبارها تنطوى على فهم يتسم بالتفائل بمستقبل أفضل ، وتركيزها على الجوانب الخلاقة والإيجابية أكثر بكثير من الجوانب المرضية .

(٣) تأكيد أن الحركة فى اتجاه مساعدة الآخرين لاستثمار قيم السعى والاستمرارية والاندفاع صوب المستقبل ، أفضل من مجرد الاستجابة للمرضى والمرض النفسى .

(٤) نمو الحاجة إلى إرشاد نفسى يقوم على أسس علمية فى إعداد المرشدين وتصميم البرامج الإرشادية ، وتقديم الخدمات الإرشادية ، وتوافر الأسس العلمية – القادرة على تقييم العملية الإرشادية .

(٥) التركيز على قيمة الإرشاد باعتباره يمثل إطار عمل يسعى إلى تحقيق نمو إنسانى ثرى فى محتواه ، ممتلئ قدرة وإمكانية وإصراراً على المضى قدماً ضمن مؤسسات المجتمع إلى التقدم المنشود.

ويركز علم النفس الإرشادى على احترام الإنسان ، وتأكيد أن كل إنسان هو كائن فريد ومتميز .

موقع الإرشاد النفسي في عالم اليوم :

يعتبر ديفى Duffy الممثل الحقيقى لعلم النفسى الإرشادى فى الولايات المتحدة اليوم ، ولا سيما فى تأكيده التحول الذى أحدثه التيار الروجيرى Rogerian فى تأكيد خبرة الوعى فى ذاته ، والمفاهيم النمائية مثل تحقيق الذات ، والنزوع صوب المستقبل بحيث يمكن أن تكون ما تصبو إلى تحقيقه بقدراتك ، والتركيز على الإمكانات الكامنة

أكثر بكثير من التركيز على الجوانب المرضية ، ويتضح ذلك من خلال :

*** تأكيد التوجه النمائى : Development orientation**

الإنسان كيان فى صيرورة ، أى كيان فى حالة من النمو المتواصل والنمو ، له «بوصلة توجيه» تتجه بالإنسان صوب الأمام ؛ صوب تجسيد إمكاناته على نحو مستقبلى ، ولهذا فإن تأكيد المستقبل أفضل بكثير من التركيز على الماضى ؛ ولا يمكن أن يتم التركيز على المستقبل دون استلهام للقوى الخلاقة والإبداعية الكامنة داخل الفرد ؛ فالتقدم إلى الأمام يستلزم الكشف عن القدرة والإمكانية وقيم السعى والاستمرارية والتواصل الإيجابى وتجاوز أسر المشكلات النمائية ، ومشاعر الإحباط والخوف من المجهول وفقدان الثقة بالنفس وبالمجتمع ، والركون إلى العزلة والانسحاب والالتصاق بالذات على حساب إيجابية التوافق والتوجه النمائى .

*** تأكيد التوافق النمائى : Developmental adaptation**

والتوافق النمائى لا يعنى أن يكون التوافق جامداً وخاضعا لما هو قائم دون رغبة فى التطوير أو التغيير ، بل هو توافق ينشد التغيير ، يتفق وطبيعة الإنسان التى ترفض الاستسلام لما هو كائن ؛ لأن هذا الاستسلام يعنى أن الفرد أصبح جامداً وغير قادر على الإسهام فى تحقيق المستقبل .

ولهذا فإن التوافق النمائى يعنى أن تكون حركة متواصلة ، تؤكد أن الإنسان كائن نمائى ، وأن نموه متواصل بغير انتهاء ، وأن توافقه النمائى يعنى استثماره لما يختزنه من إمكانات وقدرات ومواهبه ومهارات ، وأن هذا المخزون النمائى يمكن استجلاؤه واستثماره لتحقيق التوافق الإيجابى على نحو نمائى لا يعرف التوقف .

والمعنى النمائى فى الإرشاد يدفع بالفرد إلى التركيز على جوانب الصحة النفسية ، غير غافل عن ضرورة الاهتمام بالبرامج النفسية والتربوية التى تعمق مهارات الحياة المتنوعة .

*** الاهتمام بالمعرفة السيكولوجية Psychological knowledge .**

عن طريق الإعداد العلمى الجيد للمرشدين النفسيين ، بحيث يتمكنون من التعامل مع الأفراد فى كافة القطاعات الخدمية ، فى المدرسة والأسرة ، والمؤسسات الاجتماعية والقطاعات الإنتاجية المختلفة ، ولهذا برز الاهتمام بالإرشاد المهنى وبطرق إعداد المرشد النفسى ليكون على مستوى رفيع من الخبرة والدراسة الإرشادية، إضافة إلى التوعية بأهداف الإرشاد وضرورته وما ينطوى عليه من مكونات رئيسية :

- خدمات تربوية .
- خدمات مهنية .
- خدمات شخصية واجتماعية

*** الانتقائية فى الإرشاد النفسى Eclecticism**

أول من سك مصطلح الانتقائية هو لازاروس حيث ارتأى أن العلاج السلوكى لاينبغى أن يقتصر على نظرية التعلم فحسب بل عليه أن ينتقى أية فنية مشتقة من أى نسق علاجى لخدمة الموقف العلاجى

ويؤكد صلاح مخيمر (١٩٨٨) أن كافة العلاجات النفسية تمتد فوق متصل فى طرف منه تكون التلقائية (الإمبائية عند روجرز والظاهر يأتيه وقبل ذلك اتوراتك وأدلر) . وفى الطرف الآخر توجد التوجيهية Directive (أقصى صورها فى تعديل السلوك) .

وكل معالج يتمثل نقطة فوق هذا المتصل بين الطرفين ، ويمكن اعتبار حيادية التحليل النفسى واستبصاره نقطة وسيطة . ولكن التلقائية الصرفة مجرد وهم مادام يوجد لدى العميل طرح موجب ورغبة فى العلاج . وعليه : فالعلاقة بين المعالج والمريض أو (المرشد والعميل) هى الأساس أما الاتجاه من تلقائية أو حيادية أو توجيهية ، أما الفنيات من استبصار أو تعديل بالتشريطات للسلوك ، أو تعديل للبيئة ، فكلها أدوات يمكن للمعالج أن يستعين بها تبعاً لنوعية الموقف العلاجى (ص ٢٨) وهذه الانتقائية فى الموقف العلاجى نجدها متحققة فى الموقف الإرشادى الذى يأخذ من الطرائق الإرشادية ما يتناسب مع نوعية المطلب الإرشادى ، ومن ثم تتنوع الفنيات وتختلف تبعا لهذا الموقف الإرشادى من طرائق سلوكية Behavioral ، أو سلوكية معرفية Cognitive - behavioral ، أو إرشادى متمركز على الشخص Per-son -Cartered ، والتركيز على الشخص على النحو الذى أكده روجرز.

وإضافة إلى ذلك السيكودينامية Psychodynamic ولاسيما بعد الإسهامات التى تحققت على يد الفرويديين الجدد (مثل أدلر) ويونج ، وكارن هورنى ، وهارى سوليفان وأريك فروم) .

ولسوف نتناول إسهامات هؤلاء العلماء فى فصول قادمة . وعلى أية حال فإن المرشد النفسى يستطيع أن يختار من بين الطرائق الإرشادية ما يتناسب وطبيعة الموقف الإرشادى لطبيعة الموقف مثل التحصين التدريجى Systematic desensti-

zation ، والتنفير Aversion والتعلم الوسيلى instrumental learning ، التعزيز الموجب positive reinforcement ، والتوكيدية assertiveness والإمباثية empa-thy وما إلى ذلك من الطرائق المستمدة من المدارس النفسية والإرشادية المختلفة .

أهداف الإرشاد النفسي :

وهذه الأشكال المتعددة من الإرشاد النفسى ما هى إلا تنويعات Variety تستهدف تحقيق أهداف بعينها ، يتمثل بعض هذه الأهداف فى :

أولاً :

مساعدة الفرد على فهم ذاته وفهم قدراته وإمكاناته ومشكلاته وحاجاته ، والوعى بذاته جسمياً وعقلياً ووجدانياً من أجل استثمار طاقاته وإمكاناته ، لتحقيق صحة نفسية أفضل ، تمكنه من التوافق مع نفسه ومع مجتمعه ومع عالمه .

وهذا الهدف يمكن بلوغه عن طريق :

١- الوعى بالذات على نحو يجعل الفرد أكثر فهما لذاته ، وأقل تشويها أو تأنيباً لها .

٢- تقبل الذات ، كما هى بما تنطوى عليه من مواطن ضعف ومواطن قوة ولكن فى سعى دائم إلى تجاوز الضعف إلى القوة ، والتعثر إلى النجاح . ويستلزم ذلك تقبل الذات تقبل الآخرين ، رغم ما قد يظهر منهم من تناقضات.

٣- الوعى بأن الحرية تكمن فى الاختيار ، وأن الاختيار مسئولية ، وأن قيمة الفرد تتحدد من خلال اختياراته ، وأن الإنسان هو ما يختار ، وأن الاختيار مسئولية وحرية والتزام .

٤- القدرة على التعبير عن المشاعر والحقوق بحرية وتلقائية ، وفى الوقت نفسه القدرة على تأجيل الاستجابة المتطرفة ، والتحكم فى الانفعالات الطائشة التوجه (السلبية) .

٥- تأصيل معانى السعى والاستمرارية والرغبة فى التفوق ، وتعميق الحاجة إلى المعرفة ، لا الخوف من المعرفة ، فالحاجة إلى المعرفة دليل صحة نفسية وشوق عارم للبحث والتنقيب والاكتشاف واقتحام المجهول ، والخوف من المعرفة دليل قلق ورهبة وتوجس من المستقبل .

٦- القدرة على تقبل المسئولية التى تتفق وقدرات الفرد وإمكاناته على التحقيق «لا يكلف الله نفساً إلا وسعها» .

٧- تقبل ما يترتب على سلوك الفرد من نتائج ، سواء أكانت صحيحة أم خاطئة ، فإن كانت خاطئة عليه أن يتقبل نتائج أخطائه وأن يجتهد فى تصحيح قراراته ، وأن يتقبل النقد والمشورة والمقترحات .

٨- أن يشعر بالثقة فى الذات ، وبالسعادة ، دون إفراط فى التفاؤل ، فى سعى دائم نحو التحرر من القلق المحبط والمضى قدماً بإمكاناته وقدراته نحو المستقبل .

ثانيــاً :

تحقيق النمو المتكامل للشخصية نفسياً وعقليا ووجدانيا عن طريق مساعدة الفرد على تحقيق نمط من الحياة مقبول ومتوافق مع كونه مواطناً فى مجتمع ، بمعنى آخر فإن الإرشاد النفسى يهتم بالتفاعل بين الشخصية وثقافة المجتمع وقيمه الروحية ومعاييره الاجتماعية .

ويشير مفهوم النمو المتكامل للشخصية إلى تكامل الوظائف العضوية والوظائف النفسية والاتجاهات السلوكية والمستويات الاجتماعية فى كل لا يتجزأ .

وهذا الكل راجع إلى أن الإنسان كائن عضوى نفسى اجتماعى Bio - psychosocial organism ، يمضى فى الحياة ككل ، فى نموه ، وفى سموه ، وفى تطلعه إلى أعلى ، وفى سعيه لتحقيق ذاته ، وتوكيد إمكاناته ، وأيضاً فى تعثره وفى اضطرابه وإحباطاته وصراعاته يمضى فى الحياة ككل . إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الأعضاء ، فإن اضطربت نفسيته أثر ذلك على وظائفه العضوية وتوجهاته الاجتماعية وسلوكياته داخل المجتمع . ولذا فهناك ما يسمى بالاضطرابات النفس جسمية Psycho - Somatic Disorders ، أى الاضطرابات الجسمية النفسية المنشأ .

وعلى الرغم من أن تحقيق تكامل الشخصية يمثل هدفاً للإرشاد النفسى وأيضاً العلاج النفسى ، إلا أنه أمر مثالى ، نسعى إليه ولكن لا نستطيع بلوغه ، فنحن نسعى نحو تحقيق التوازن بين ما هو عضوى وما هو نفسى وما هو اجتماعى ، فى إطار من قيم المجتمع الدينية والثقافية والاجتماعية .

ولئن كان الهدف المفترض للإرشاد هو مساعدة الفرد على التقدم نحو النمو المتكامل لجميع مظاهر شخصيته ، فإن مهمة الإرشاد تكمن فى مساعدة الطلاب لكى

يرغبوا فى الكفاح من أجل أكمل حياة ممكنة ، بمقاومة ما يعرقل السعى والرغبة فى التفوق والنجاح ، فالجديد لا يتم إلا بفضل القديم وعلى الرغم منه ، والصحة لا تتم إلا بوجود المرض وعلى الرغم منه ، والنجاح لا يتحقق إلا بتجاوز الإحباط والفشل .

وهذا السعى نحو تكامل الشخصية لا يتحقق إلا من خلال يقين الفرد بتفرده وامتيازه وقدرته على استثمار إمكاناته .

واستثمار الإمكانات لا يتحقق إلا عن طريق مساعدة الطالب على تعلم المواد المدرسية ، وتأصيل سمات المواطنة الحقة ، وتعميق القيم الدينية والقيم الاجتماعية بما تنطوى عليه من موروث ثقافى متميز فى ذاته ، عميق فى أبعاده ، ضارب بجذوره فى عمق التاريخ .

إضافة إلى ذلك مساعدة الطالب على تعلم المهارات والاتجاهات والطرق ذات الفاعلية واكتساب الأهداف المرغوبة على الرغم من المعوقات التى تعترض طريق النجاح والمستقبل .

الإرشاد المدرسي :

وهنا يبرز الإرشاد المدرسى ، لأن للمدرسة دوراً فعالاً فى تشكيل وصياغة مكونات الطفل النفسية ، كعالم غنى بديناميات النفسية والاجتماعية .

والمدرسة فى حد ذاتها مؤسسة اجتماعية اتفق المجتمع على إنشائها بقصد المحافظة على ثقافته ونقل هذه الثقافة من جيل إلى جيل ، كما أنها تقوم بتوفير الفرص المناسبة للطفل كى ينمو جسمانياً وعقلياً وانفعالياً واجتماعيا إلى المستوى المناسب الذى يتفق مع ما يتوقعه المجتمع من مستويات وما يستطيعه الفرد . ويتضح من هذا التعريف أن المدرسة تقوم بوظيفتين :

الوظيفة الأولى: نقل الثقافة والمحافظة على التراث الثقافى وما يطرأ عليه من تعديلات .

الوظيفة الثانية : توفير الظروف المناسبة للنمو وتزويد أطفالها بالخبرات المناسبة التى تؤدى إلى نموهم جسمانيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا . والطفل حينما ينتقل من الأسرة إلى المدرسة فإنما ينتقل بزاد نفسى واجتماعى استمده من الأسرة ، أى إنه ينتقل إلى المدرسة بمكونات نفسية واتجاهات وقيم ومعايير اجتماعية ، بعضها سوى يحتاج إلى تأصيل ، والبعض الآخر قد يكون غير سوى يحتاج إلى تعديل وتوجيه وإرشاد

وعلاج ، فبالإضافة إلى كون المدرسة إحدى الوسائل الجيدة لثقافة المجتمع وقيمه ومعاييره ، فإنها مسئولة إلى – حد كبير – عن المساهمة الفعالة فى تكوين إنسان يستطيع أن يعبر عن طريق المناشط المختلفة (كالأنشطة الرياضية مثلا) التى يشارك فيها الطفل كيف ينتمى إلى الآخرين ، كيف ينتظم ضمن جماعات معينة ، وكيف يتسلح بقوة الفريق فى عمله ، فالإنسان ضعيف بنفسه قوى بالآخرين ، ويتعلم كيف يؤدى واجباته ويدافع عن حقوقه ومن ثم تتحدد عنده إذا ما ساعدته المدرسة على ذلك – فكرة الحقوق والواجبات – فالحق ينبغى الدفاع عنه والواجب ينبغى تأييده على أدق نحو مستطاع وفقاً لإمكاناته ، ويتعلم من المدرسة كيف يكون الانتماء للمجتمع خارج حدود المدرسة ، كيف يكون الانتماء إلى مبادئ وقيم يلتف حولها الجميع ويتمركزون وتكون لهم بوصلة توجيه وإرشاد إلى غايات ومثل عليا ومستقبل أفضل . فالأمم تتقدم كلما عمقت روح الانتماء عند الطفل الصغير وربطت هذا الطفل بقيم مجتمعه ومبادئه الروحية والاجتماعية .

والمدرسة هى الاختبار الوحيد لمكونات الطفل النفسية ، ففى المدرسة يتعلم كيف يشبع ما يمكن إشباعه من حاجات فى إطار تنظيمى وثقافى واجتماعى ، ويرجئ ما لا يمكن إشباعه ضمن هذا الإطار ، ويتعلم كيف يتجاوز الشعور بالإحباط وكيف يعلو على إلحاح الحاجة والرغبة ، وما السوية فى الحياة إلا القدرة على تحمل الإحباط وتجاوز الفشل والنزوع نحو المستقبل .

وهذه القدرة يتعلمها الطفل فى مجتمع المدرسة ، فليس كل ما يطلبه الطفل يتحقق ، وليس كل ما يتمناه يشبع ، وهنا تتشكل مكونات نفسية واجتماعية أشد مرونة وارتباطا بالواقع الاجتماعى ، ويكون عليه أن يتحرك ضمن المجموع ، ضمن الانتظام الذى يشكل مجتمع المدرسة كانعكاس حقيقى لثقافة المجتمع .

وتتحدد بعض أهداف الإرشاد المدرسى فى :

أولاً : إبراز الإمكانات الخبيئة لطلابها ، فكل طفل يولد وهو مزود بقدرات عقلية ومواهب شتى وإمكانات تتواصل بغير انتهاء ، وهذه القدرات والإمكانات والمواهب هى أعدل الأشياء قسمة بين الناس جميعاً ، وعلى المدرسة أن تساعد على إبراز هذا الثراء الإنسانى فى الطفل ،

بإخراجه من حيز الكمون إلى حيز التحقيق الخلاق فى الواقع .

ثانيـــاً: الاهتمام «بثقافة الإبداع» و«ثقافة الذاكرة» وهذا راجع إلى أن الإبداع هو الشرط الضرورى لكون الإنسان إنسأنا ، فالإنسان مزود بتنظيم عقلى فريد ، وخيال خصب .. ومن ثم عليه أن يحسن توظيف عقله وخياله فى طريق الإبداع ، أما ثقافة الذاكرة ، فهى تمثل ذاكرة الأمة التى تحفظ للإنسان موروثاته الثقافية ، وقيمه الروحية وتقاليده الراسخة .

ثالثـــاً : الاهتمام بالمتفوقين عقلياً وبأصحاب المواهب المتميزة ، لأنهم قاطرة المسيرة نحو التقدم وحينما تكون هناك قاطرة واحدة ، فإنها تكفى لجر عربات القطار إلى الأمام .

رابعـــاً: تنمية النواحى الجسمانية ، فالطفل كائن نمائى ونموه محصلة لما هو جسمى ونفسى واجتماعى ، وبقدر ما تهتم أيضا المدرسة بالنواحى الذهنية ، عليها أن تهتم بالنواحى البدنية التى أصبحت معياراً يقاس عليه تقدم الأمم وازدهارها اليوم .

خامساً: تنمية التساؤل والبحث عن المعرفة واقتحام المجهول والتنقيب عن المعنى الجديد ، وتأصيل روح المشاركة فى صنع قرارات الفصل . وإبداء الرأى والنقد والشعور بالحرية والاستقلال والالتزام ضمن قيم وتوجهات مجتمع المدرسة كانعكاس ثقافى واجتماعى للمجتمع.

سادساً: الاهتمام بالأطفال الذين يعانون من تأخر دراسى واضطرابات انفعالية وانحرافات سلوكية وحاجات خاصة بإرشادهم نفسيا وباستخدام الوسائل العلاجية التى تساعد على تجاوز هذه الاضطرابات وتلك الانحرافات .

سابعاً : تعميق الأهداف العامة للإرشاد النفسى الذى يكمن فى الوعى بالذات وتقبلها والإمساك بها بما تنطوى عليه من قوة وضعف والسعى نحو التكامل النفسى عقليا وجسمياً ووجدانياً .

وهذا يتحقق عن طريق إثراء الخبرة المدرسية التى تتمثل فى دائرة تبدأ بالوعى بالذات وتنتهى به ، مروراً بالانفتاح على الخبرة ، تقبل الذات ، الامتلاء بالمعنى، فى الحياة الواقعية فى الأهداف والنزوع نحو المستقبل ، التوافق مع المجتمع، التمتع بتصور إيجابى عن الذات وعن المستقبل .

الإرشـاد الأسـري Family Counselling

الأسرة هى الخلية الأولى فى المجتمع ، هى ذلك الرحم الاجتماعى الذى تنبت فيه بذور الشخصية ، وهى التى تساعد على تحقيق تلك الوثبة الكيفية التى تنقل الإنسان من مملكة الحيوان إلى مملكة الإنسان ، فالإنسان يولد مزود بعتاد غرائزى محض ، بيد أنه يولد وهو مزود بإمكانات الطبيعة الإنسانية فى أرقى مراتبها ، لأنه مزود بتنظيم عقلى فريد ، وخيال خصب وضمير أخلاقى ، ومن ثم فإن الغرائز عند الإنسان تعمل فى هامش ضيق محدود بينما تحتل المقدمة لديه إمكانات لا حصر لها ، وليس لها وجود عند سائر عالم الحيوان .

وإنسانية الإنسان لا تتحقق بغير أسرة وتربية وتطبيع اجتماعى ، وعن طريقهم تتفجر إمكانات الإنسان وقدراته ومواهبه ويستطيع أن يعى ذاته ، وأن يبحث لنفسه عن هوية ، وعن موقع فى صميم العالم .

يقول فروم Fromm (١٩٧٩) «إن الإنسان يمكن تعريفه بأنه الحيوان الذى يستطيع أن يقول أنا» ، فالحيوان موجود فى باطن الطبيعة لا يتجاوزها ، وليس له وعى بذاته ، وليست به حاجة إلى الإحساس بهويته ، بيد أن الإنسان بما أوتى من عقل وخيال يستطيع الانفصال عن الطبيعة وأن يكون تصوراً عن نفسه ، وأن يشعر ويقول I am I وهذا الشعور بالكينونة الذى تبدأ جذوره الأولى أسرياً – يفجر إمكانات الإنسان ، ويحقق له الحرية والتقدم والمستقبل .

وقد تعترض مسار الأسرة عوائق واضطرابات اجتماعية وضغوط نفسية واقتصادية ، تحول دون نمو أفرادها نمواً سليما يتصف بالإحساس المتين بالثقة بالنفس، والشعور بالأمن ، والمضى قدما بالإمكانات دون خوف من مجهول ، أو اضطراب يعوق نمو الطفل ونموه السليم .

هاهنا يصبح الإرشاد الأسرى ضرورة لتقديم خدمات إرشادية تساعد فى الكشف عن أسباب الاضطرابات الأسرية ، ومحاولة التغلب عليها عن طريق أعضاء الأسرة كمجموعة ، بحيث تتحقق أفضل صور للتفاعل ، وتختزل مواقف الصراع والتصادم .

ويتم الإرشاد النفسى إما عن طريق كل فرد على حدة (الأب ، الأم، الأولاد) أو بشكل جماعى ، بغية تحقيق الاستقرار والتوافق الأسرى .

وقد انتشر الإرشاد الأسرى مع بداية الخمسينيات من القرن العشرين ، وكانت

بدايته فى الولايات المتحدة الأمريكية ، حيث برع علماؤها فى تقديم البرامج الإرشادية والخدمات الأسرية التى تتعامل مع الفروق الثقافية والعرقية التى تنتج عن زواج متباين من حيث المكون العرقى والتكوين الثقافى ، والمشكلات التى تظهر نتيجة لضغوط العمل والإنتاج والبطالة والتفكك الأسرى .. وتكاد تكون المشكلات الأسرية بين الناس واحدة وإن اختلفت المسافات والمجتمعات ، ويتمثل بعضها فى وقت الفراغ، البطالة ، الإدمان ، مشكلات المرأة العاملة ، سيكولوجية الزحام ، ضغوط العمل ، اضطراب العلاقات الوالدية ، صدمة الحروب والأعراض التالية للصدمة ، التفاوت فى العمر ، مشاكل الإنجاب والعقم ، تعدد الزوجات ، الخيانة الزوجية ، الصراعات الزوجية ، الإعاقة الذهنية وإنجاب أطفال من ذوى الاحتياجات الخاصة وما إلى ذلك من مشكلات .

وهنا تبرز الحاجة إلى الخدمات الإرشادية التى تهدف إلى :

* مساعدة أفراد الأسرة على أسباب الخلل والاضطراب فى العلاقة الزوجية وكيفية علاجه فى إطار من الفهم المشترك .
* مساعدة أفراد الأسرة على إزالة سوء الفهم المتبادل وإزالة الغموض الذى يكتنف العلاقة الزوجية ، وتحقيق التواصل من خلال المكاشفة ووضوح الرؤية والهدف .
* مساعدة أفراد الأسرة على تحديد السلوك الذى ينبغى أن يكون سائدا بين أفراد الأسرة ، وتدريبهم على كيفية القيام به ، وكيفية ضبط الانفعالات وإرجاء الاستجابة الانفعالية وإطفاء السلوك غير المناسب .
* مساعدة الأسرة على تعميق مشاعر التواصل والثقة المتبادلة ، ومشاعر التقدير والاحترام والحب وتجاوز المشاعر السلبية وسوء السلوك .
* تعميق المشاعر التى ترسخ «قوة الحب» بين طرفى العلاقة الزوجية ، لا «حب القوة» حيث الرغبة فى الهيمنة والتسلط وسحق مشاعر الآخر .
* الإيمان بأن المرأة لها دورها الفعال فى الأسرة ، وهى الرحم والسكن والمستقر ومنبع السكينة والمودة وأن «التراحم» فى العلاقة الزوجية هو الذى يقيم أسس الاستقرار ، ويقوى دعائم الثقة ، ويضفى على العلاقات الزوجية جواً من الأمن والاستقرار والسكينة .

* مساعدة الوالدين الذين شاء قدرهم أن يكونوا آباء لأطفال من ذوى الاحتياجات الخاصة على تقبل الإعاقة ، وعلى الإحساس بقيمة ما يقوم الوالدان به فى سبيل ابنهما المعاق دون إحساس بالذنب أو بالنقمة والإهمال لهذا الابن المعاق .

* تأكيد عدم إساءة معاملة الأطفال الصغار وإتاحة الفرص لهم على تكوين شخصياتهم المستقلة ، وتنمية مواهبهم وإشباع تعطشهم المتواصل للمعرفة وعدم إحباطهم عن التساؤل أو الدهشة ؛ لأن التساؤل هو المعبر المؤدى إلى الإبداع ، وأن الدهشة كانت وسيلة الإنسانية نحو الخلق والإبداع ؛ ومازالت.

* تنمية مشاعر التقدير والاحترام والتسامح رغم التباين مع الآخرين ، الذين يختلفون معنا فى الدين والعرق والوطن ، مؤمنين بأن التسامح يكمن فى حرية الآخر فى الفكر والاعتقاد ، وأن لا تسامح إلا من خلال هذين المحورين .

وثمة مجموعة من النظريات التى تستند إليها البرامج الإرشادية الأسرية من أبرزها :

نظرية الأنساق العامة : General System Theory

ويرى أصحاب هذه النظرية أن العلاقات الأسرية تمثل نسقاً ، قد يتصف بالانفتاح وقد يتصف بالانغلاق ، والانفتاح معناه أن ثمة تواصلا بين أفراد الأسرة ، وأن العلاقة تتسم بالمرونة العقلية وبالتسامح وفى إتاحة الفرصة لكل فرد أن يكون نفسه ، وأن يعبر عن آرائه بحرية وأن ينمى مكوناته العقلية والوجدانية بغير قهر أو تسلط .

أما النسق المغلق فهو أشبه بالدوجماطيقية Dogmatism حيث الثنائية القطعية، فكل شيء إما أسود أم أبيض ، صواب أم خطأ ،أى إنه لا توجد مساحة من التفاهم أو الالتقاء بين أفراد الأسرة ، وأن الجمود والانغلاق الفكرى هما السمة المميزة للعلاقة بين أفراد الأسرة ، وأن التعصب فى الفكر والسلوك والمواقف هو الإطار الذى يحكم العلاقة الزوجية .

وقد أكدت نتائج البحوث أن آباء مثل هذه الأسر ، قد عانوا فى طفولتهم من التسلط والهيمنة وأنهم اعتادوا الإيمان بالفكرة الواحدة والرأى الواحد والغاية الواحدة

والتوجه الواحد وأنهم يفتقرون إلى المرونة سواء أكانت عقلية أم نفسية، وأنهم يعانون من مشاعر إثم عارمة ويعيشون نهبا للخوف والتوجس وتوقع الشر ، وينشغلون بطقوس قهرية تشبه هؤلاء الذين تهيمن عليهم أفكار غير معقولة وتوجهات ليس لها مصداقية.

نظرية التواصل Communicative Theory

تعتبر فريجينا ستير Satir أول من بلور هذه النظرية ، مؤكدة أهمية ترابط الأسرة ، باعتباره العروة المتينة التى يقام على أساسها الشخصية السوية فى الحياة .

وتؤكد ضرورة الانفتاح على الخبرة والتجربة وأن الحياة تؤخذ بالمبادأة وأن الثقة بالنفس هى أساس الثقة فى الآخرين ، وأن التواصل بين أفراد الأسرة يقيم علاقة تقوم على الاحترام والتقدير والتواصل .

وإذا ما انقطع التواصل بين أفراد الأسرة حدث الاضطراب الاجتماعى والأسرى والنفسى بين أفراد الأسرة.

ونفرق بين التواصل الفعّال والتواصل المضطرب :

الأول: يقوم الحرية والمرونة والانفتاح الفكرى والتواصل الوجدانى والإحساس بالثقة والأمن وتلقائية التعبير عن المشاعو والوجدانيات .

الثانى: يقوم على الخوف والكبت والعدوانية والانغلاق الفكرى ، وعدم التسامح ومن ثم التعصب ، والإيمان بأفكار وتوجهات وآراء قد تكون غير معقولة وتتسم بالجمود والتعصب .

ويتصف أصحاب هذا التوجه بالامبالاة والإحساس بالذنب والافتقار إلى تقدير الذات ، وضعف العلاقات والانغلاق ، وغيبة التلقائية فى التعبيرعن المشاعر والحقوق.

وثمة استراتيجيات ينبغى أن توضع كأساس لإرشاد مثل هذه الأسر يتمثل بعضها فى :

* تشجيع أعضاء الأسرة على تلقائية التعبير بغير خوف أو فقدان أمن .

* تدعيم قيم التسامح التى تعنى أننا لسنا معصومين من الخطأ ، وأن علينا أن نتقبل نقاط الضعف ومكامن القوة فى صلب تكويننا .

* تدعيم روح الحوار والمشاركة الوجدانية والمناقشة وحسن الاستماع لكل فرد .

* الإقرار بالتمايز والتفرد بين أفراد الأسرة ، وأن من الصعب أن نكون جميعا نسخا كربونية لا تمييز بين أفراد الأسرة .

* تأكيد روح الفريق والعمل كجماعة ، مع الإيمان بتفرد كل فرد وتميزه، والإيمان بقوة الأسرة فى وحدتها .

ومن هذا العرض : يتبين ضرورة الاهتمام بالأسرة باعتبارها الركيزة الأساسية صوب الانطلاق إلى المستقبل فى عصر لم يعد يعترف إلا بالكيانات القوية التى تستطيع أن تجد لنفسها موقعا فى هذا العالم .

والاهتمام بالأسرة يستلزم :

* الإعداد الأكاديمى والمهنى للمرشد الأسرى قبل وأثناء الخدمة .

* الاهتمام بالثقافة الإرشادية ، وكيفية وصولها إلى الأسر وإلى الآباء والأمهات، عن طريق وسائل الاعلام والمراكز المتخصصة والجامعات والجمعيات الأهلية التى تعنى بالأسرة والطفولة وذوى الاحتياجات الخاصة.

* أهمية التدخل المبكر بالإرشاد النفسى وبطرائقه المختلفة فى الأزمات الأسرية التى تنتج عن المرض أو فقدان العائل أو عن المواقف الضاغطة .

* تأكيد أهمية العلاقات الأسرية التى يسودها المودة والرحمة ومن ثم الإحساس بالأمن والسكينة والتوافق بين أفراد الأسرة والمجتمع.

* ترسيخ مشاعر الانتماء للوطن ولهويته الثقافية ولغته القومية وتوجهاته الفكرية والعقائدية داخل الأسرة أولاً .

* تعميق قيم التسامح والتباين فى الآراء من خلال إطار يتسم بالتقبل والتشجيع على الاختلاف فى الفكر .

* الاهتمام بالأطفال ذوى الاحتياجات الخاصة وعدم الإساءة إلى الطفل واحترام عالمه المتميز ، وتعطشه المعرفى وحاجته إلى التساؤل بحرية .

الإرشاد النفسى فى العالم العربى

ثمة حركة فعّالة على مستوى العالم العربى ، تتخذ من الإرشاد النفسى منطلقا للتعامل مع كثير من الاضطرابات النفسية والاجتماعية والمدرسية والأسرية إضافة إلى الحاجات النوعية لذوى الاحتياجات الخاصة ، من خلال برامج وطرائق واستراتيجات الإرشاد النفسى .

والإرشاد النفسى – كعلم وفن – فى حالة من التطور المتواصل ، ليس على مستوى العالم فحسب بل وعلى مستوى العالم العربى ، فهناك تعاظم للمشكلات الفردية والاجتماعية والنفسية ، ثم أن الواقع قد يفرز استجابات قد يتسم بعضها باللاتوافق وبالتطرف فى الفكر والسلوك والمواقف ، ومن ثم كانت الحاجة – وما زالت– ضرورية لتعميق وترسيخ الإرشاد النفسى فى كافة قطاعات الحياة سواء منها المهنية أو الأسرية أو التعليمية ويمكن تحديد بداية حركة التوجيه والإرشاد النفسى والتربوى بإنشاء العيادة النفسية فى مصر عام ١٩٣٤ على يد العلامة الكبير الأستاذ الدكتور عبد العزيز القوصى الذى يعتبر أول من حصل على درجة الدكتوراه فى علم النفس من جامعة لندن ١٩٣٢ . وللقوصى إسهاماته العالمية والعربية الثرية فى محتواها، والمستقبلية فى توجهها .

والعيادة النفسية – كانت وما زالت حتى اليوم – ملحقة بقسم الصحة النفسى جامعة عين شمس ، وهى تمثل مركزا للإرشاد النفسى والعلاج النفسى للتعامل مع مشكلات الأطفال والمراهقين وذوى الاحتياجات الخاصة ، واضطرابات النطق والكلام، والاضطرابات النفسية ، كما تمثل مركزا لتدريب الاختصاصين والمعلمين فى مجالات الإرشاد ولا سيما فى المدارس .

وتقوم خطة العمل بالعيادة على أساس عمل الفريق العلاجى والإرشادى حيث تتضامن الجهود النفسية والطبية والطب نفسية والاجتماعية فى العلاج والإرشاد ؛ بحيث يتم تفاعل واشتراك الفريق العلاجى كل فى تخصصه فى تقديم الخدمات الإرشادية والعلاجية للحالات والوصول إلى رأى نهائى فى التشخيص والإسهام الإيجابى فى وضع خطط العلاج .

ومن أهم الخدمات التى تضطلع بها العيادة النفسية :

* علاج وإرشاد الاضطرابات النفسية المختلفة التى يتعرض لها طلاب الجامعات والمعاهد العليا وتلاميذ المدارس المختلفة .

* علاج وإرشاد مشكلات الطفولة سواء كانت متعلقة بنواحى التوافق فى المدرسة أو الأسرة ، إرشاد حالات التأخر الدراسى وتشخيص حالات الضعف العقلى وتقديم المساعدة عن طريق الخدمات اللازمة لهذه الحالات.
* إعداد وتقنين أدوات ومقاييس التشخيص النفسى ، على نحو وفر كثيراً من الأدوات المساعدة فى عملية التشخيص النفسى .
* إقامة دورات تدريبية وإرشادية فى كافة أشكال العلاج النفسى والإرشاد والتوجيه النفسى ، مثل العلاج والإرشاد عن طريق التحليل النفسى ، العلاج السلوكى ، والتيار الإنسانى ، إضافة إلى طرائق الإرشاد المعرفى والسلوكى وما إلى ذلك .

وثمة ملاحظة أساسية أن بداية حركة الإرشاد النفسى قد بدأت فى الثلاثينيات من القرن العشرين فى عالمنا العربى ، وهى الفترة نفسها التى بدأت فيها فى الولايات المتحدة الأمريكية .

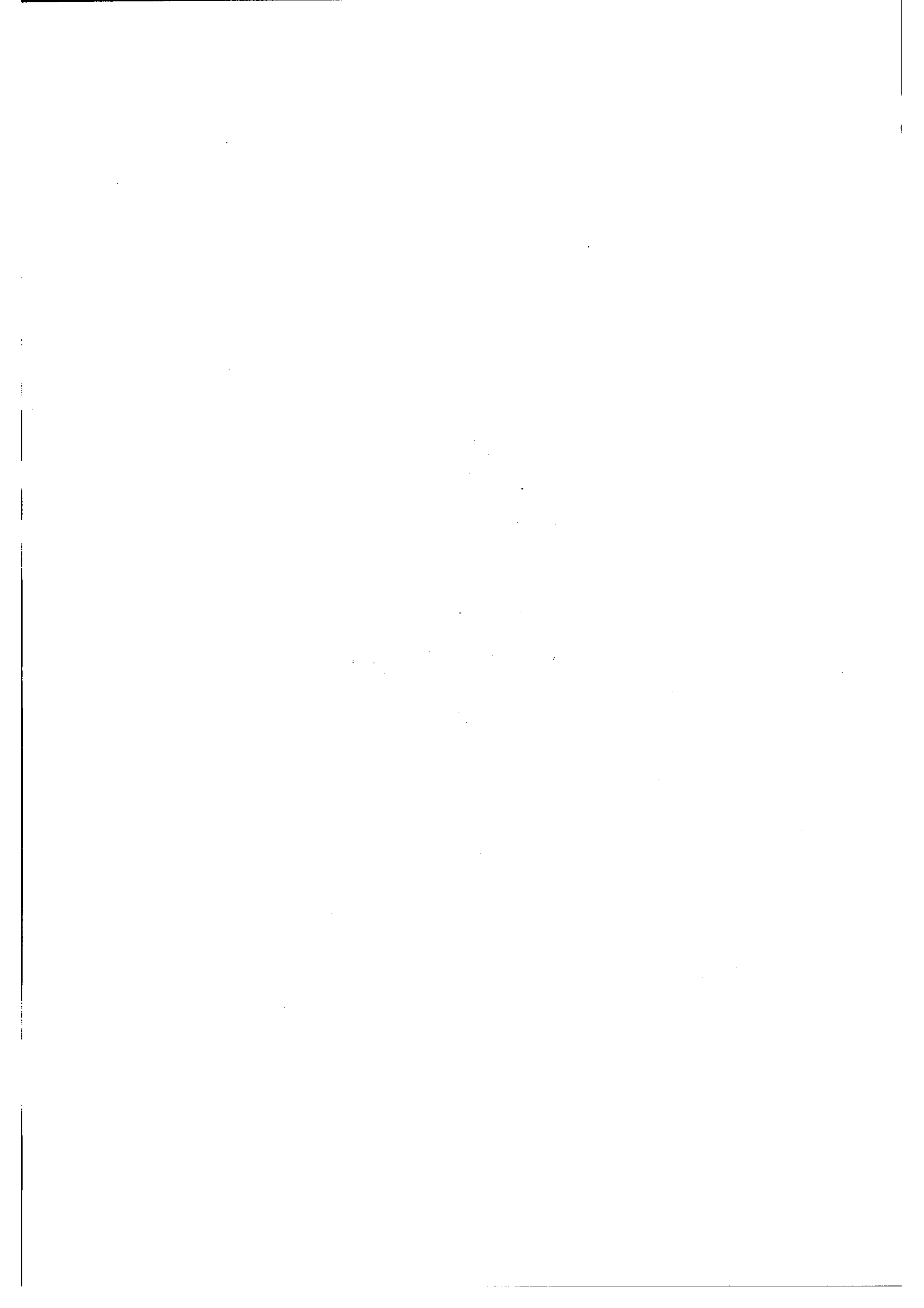
وقد شهدت حركة الإرشاد النفسى فى العالم العربى ازدهاراً وتطوراً فى فترة الخمسينيات والستينيات ، وما زالت هذه الحركة متواصلة التقدم والعطاء ، وتمتد لتستوعب كافة أقطار الأمة العربية حيث الاهتمام بالإرشاد باعتباره :

* ركناً رئيساً فى إعداد المعلم العربى القادر على التعايش مع متطلبات هذا العصر ، مستنداً إلى معاييره القيمية والروحية المستمدة من ثقافته .
* تمكين المعلمين من المهارات الإرشادية فى التعامل مع التلاميذ ، والتعامل مع المشكلات الطلابية والنفسية باقتدار ومعرفة .
* إقامة المؤتمرات والندوات والدورات التدريبية التى تعمق مفاهيم الإرشاد وما ينطوى عليه من مهارات وطرائق وأساليب إرشادية ؛ إضافة إلى تحقيق التواصل العلمى المنشود .
* إنشاء مراكز للإرشاد النفسى والتربوى بعضها تابع للجامعات العربية والبعض الآخر تابع لوزارت التربية والتعليم ؛ وجميعها تعنى إرشاد وتوجيه الطفل والأسرة والطالب فى مختلف مراحل التعليم .
* الاهتمام بإصدار الدوريات والمجلات العلمية المتخصصة فى مجالات الإرشاد النفسى وتطبيقاته الميدانية .

* تنامى حركة إعداد المرشد النفسى المدرس الذى يضطلع - وعلى نحو مباشر - بمشكلات الطلاب والأطفال داخل المدارس .

* الاهتمام بالإرشاد لذوى الاحتياجات الخاصة وتطور البرامج والتقنيات والاستراتجيات التى تهتم بهذه الفئات ، وبطرق إعادة تأهلهم تربويا ونفسياً ومهنياً .


الفصل الثانى
نظريات الإرشاد
النفسى



الفصل الثانى

نظريات الإرشاد النفسى

أولاً : التحليل النفسى

تشير السيكوديناميـة Psychodynamic إلى مدرسة التحليل النفسى ، الذى يعتبر فرويد Frued هو رائدها ومؤسسها الأول .

وتتطابق سيرة حياة فرويد مع نظريته فى التحليل النفسى ، فقد تطورت هذه النظرية بتطور مراحل حياته وتطور نموه المعرفى والإكلينيكى .

سيرة ذاتية :

ولد فرويد فى فريبيرج بموارفيا ٦ مايو ١٨٥٦ ، ثم انتقلت الأسرة إلى ڤيينا ، وهو ما يزال فى الرابعة من عمره ، واستمر فى ڤيينا حتى بلغ الثانية والثمانين عاماً وكان شديد الولع بالفلسفة والتاريخ وأساطير الشعوب وعقائدها .

قرأ دارون وهو طفل ، وترجم إلى الألمانية أحد أجزاء المجلد الضخم الذى حوى كتابات المفكر الاقتصادى الاجتماعى «جون استيوارت مل» واهتم بدراسة الكيمياء والفسيولوجيا والتشريح ، واشتغل بضع سنين فى معمل الدكتور «فون بروك» ثم التحق بالمصحات النفسية وتتلمذ على يد ، «منيرت» أستاذ تشريح المخ .

وتزوج فى عام ١٨٨٦ من مارتابير نايز ، وأنجب منها ستة أطفال أصغرهم عالمة النفس الشهيرة «أنا فرويد» .

وفى الثالث والعشرين من شهر سبتمبر ١٩٣٩ رحل فرويد عن عالمنا عن ثلاثة وثمانين عاماً فى لندن التى رحل إليها قبل وفاته بعام واحد .

بدأ فرويد حياته العملية طبيباً للأمراض العصبية ، مستخدماً الجلسات الكهربائية كوسيلة للعلاج ، ثم اكتشف عقم هذه الوسيلة ، فاستخدم مع صديقه بروير Breuer طريقة التنويم المغناطيسى ، وتتلخص طريقتهما فى إضعاف القيود التى يفرضها الشعور على الذكريات المكبوتة حتى تتاح لها فرص التعبير عن نفسها ،

وكان المريض فى أثناء معاناته لخبرات الماضى الصاعدة من اللاشعور يتخلص من الأثر الصدمى المؤلم الذى تحدثه هذه الخبرات ، فتطهر نفسه وتستعيد إلى حد كبير سيطرتها على نفسها ، ونجحت هذه الطريقة مع بعض المصابين بالأعراض الهستيرية ، غير أن فرويد كان يشعر بأنه لم يصل بعد إلى معرفة «جذور المرض» ومعرفة القوى الضاغطة التى تتحول إلى هذه الأعراض .

ورأى فى التنويم المغناطيسى طريقة علاجية ناقصة تسلب المريض إرادته ، وأن العلاج يقتضى إشراك المريض فى العملية العلاجية ، لأن الغرض من العلاج هو تقوية الأنا لا إضعافها .

وانتهى فرويد فى السنوات العشر الأخيرة من القرن التاسع عشر إلى التحليل النفسى ، حيث استبدل بالتنويم المغناطيسى ما يعرف فى التحليل النفسى بالتداعى الطليق Free - association ، وهى طريقة تتلخص فى أن يقول المريض كل ما يخطر على ذهنه من معان وأفكار وصور مهما بدت له تافهة أو مستهجنة أو عشوائية السياق ، وهذه الطريقة تتيح للانفعالات المكبوتة أن تنطلق من مكامنها فى اللاشعور ، مما يتيح للمعالج تفسير ما يبدو عشوائياً فى تتابعه تفسيراً يرجع إلى الحتمية النفسية ، ثم اكتشف فرويد ظاهرة «الطرح أو التحويل» حيث يسلك المريض ما كان يسلكه تجاه والديه ، والمريض بذلك يعيش ماضيه فى حاضره . وللطرح الموجب فائدتان ، الأولى : يتيح للمعالج أن يفهم ما هو كامن داخل لا شعور المريض ، والثانية تعلم المريض نفسه كيفية السيطرة على الانفعالات والمواقف التى عجز فى الماضى عن السيطرة عليها ، ولا يصل المعالج إلى ذلك إلا عن طريق ما يسميه فرويد بالحيادية .

وتتميز هذه الفترة بالاهتمام المتزايد بالمقاومة والطرح ، وبتحديد الأمراض التى يصلح لها التحليل النفسى ، وازدياد أهمية العقدة الأوديبية والاهتمام بسيكولوجية الأنا وانشقاق «أدلر» و«يونج» عن أستاذهما «فرويد» ، فقد اهتم «أدلر» بالعدوان والأنا أكثر من اهتمامه بالجنسية واللاشعور، بينما اهتم «يونج» باللاشعور الجمعي والتفسير الرمزى لعقدة أوديب . ومن الناحية العلاجية انتقل الاهتمام عند كل منهما بالصراع الراهن بدلاً من الصراع الماضى كمحور للتحليل النفسى .

وجاءت المرحلة الثانية عم ١٩٢٠ حيث عدل فرويد فى نظريته عن الغرائز والجهاز النفسى . فلم يعد التفسير يتمثل فى صراع بين الغرائز ، وإنما فى دفاع الأنا ضد الدوافع الغريزية والانفعالات المتباينة .

ولم تتوقف اكتشافات فرويد عند التحليل النفسى واللاشعور ، بل تخطت ذلك إلى تقديم تفسيرات جد عميقة لأساطير الأمم والشعوب والمعتقدات والأحلام وتصنيفات الأمراض النفسية وما يصاحبها من أعراض بيولوجية .

باختصار ، فإن قدرة فرويد ، تكمن فى إخضاعه غير المعقول والمتناقص للتفسير العقلى ، ومن ثم استطاع أن يكشف عن قوة العقل الإنسانى وضعفه على السواء ، واعتبر الإنسان ساحة معركة تتصارع فى داخلها الغرائز والعقل والوعى .

ولهذا يشير مصطلح علم النفس الدينامى ، إلى الصراع المحتدم داخل الفرد بين جوانب الشخصية المختلفة : الغرائز والدوافع والحوافز ، والدينامية عنده محصلة للصراع بين قوتين متعارضتين ! بين مكبوتات تريد أن تخرج ودفاعات تعترض طريقها فى صورة مقاومة .

وكان هدف فرويد الأساسى أن يمسك الإنسان بالقوى اللاشعورية فى داخله ، وأن يعرف حقيقة نفسه ، ووقتها سيتحرر من أعراضه المرضية ، ولهذا جعل من هذه الجملة «الحقيقة هى التى ستحرك المبدأ الهادى فى فن التحليل النفسى» .

ولعل من أهم مؤلفاته :

1 - The Interpretation of The Dreams, تفسير الأحلام :

2 - Introductory Lectures on Psycho-Analysis

محاضرات تمهيدية فى التحليل النفسى.

3 - The Future of an illusion

مستقبل وهم

4 - Civilization and Its Discontents

الحضارة ومنغصاتها

5 - New Introductory Lectures on Psychoanalysis

محاضرات تمهيدية جديدة فى التحليل النفسى

5 - An outline of Psychanalysis

أسس التحليل النفسى

7 - Beyond the pleasure principal

ماوراء مبدأ اللذة

8 - The Ego and the Id.

الأنا والغرائز .

وقد ترجمت معظم هذه الكتب إلى اللغة العربية .

نظرية التحليل النفسي :

يشير التحليل النفسى إلى نظرية عامة فى الشخصية والمرض النفسى ؛ وإلى منهج فى البحث ؛ وفن فى العلاج النفسى يستند إلى هذا المنهج ؛ وإلى مجموعة من المعارف النفسية يتألف منها نظام علمى جديد .

١ - اهتم فرويد بالدوافع وبنيان الشخصية وما يرتبط بها من اقتصاديات نفسية ومفاهيم طبوغرافية أو دينامية ، كما إنها تشمل مركبات مثل الهى ID والأنا Ego والأنا العليا Super ego ، ومبادئ مثل مبدأ اللذة ومبدأ الواقع ومفاهيم مثل اللاشعور ، الجنسية الطفلية ونظرية الليبدو وعقدة أوديب وتتمثل هذه النظرية خير تمثيل فى : كتابة «ثلاث مقالات فى نظرية الجنسية» :

٢- منهج التحليل وهو عبارة عن طرائق فرويد فى علاج اضطرابات الشخصية وتتمثل فى التكتيك الذى ابتدعه فرويد لعلاج الاضطرابات النفسية مثل : التداعى الحر وتفسير الأحلام والأعراض فى إطار تحليلى والميكانزمات الدفاعية مثل : الإزاحة والتكثيف والإسقاط ومفهوم الحتمية النفسية .

٣- مجموعة المعارف النفسية فى العلاج تتناول ما يحدث داخل الجلسة العلاجية من طرح transferance ومقاومة Resistance .

وكان فرويد يعتقد أن أى طريقة للعلاج يمكن اعتبارها تحليلاً نفسياً إذا تناول عن قصد تفسير الطرح وفك المقاومة . ولا يتحقق ذلك إلا من خلال فهم الجهاز النفسى على النحو الذى افترضه فرويد .

الجهاز النفسى وبناء الشخصية :

يقرر فرويد أن الجهاز النفسى تتحكم فيه ثلاث منظمات فرعية هى إلهى ID والأنا Ego والأنا العليا Super ego ، وهذه المنظمات فى حالة من التفاعل المستمر ، وأن سلوك الإنسان ما هو إلا محصلة لتفاعل هذه القوى الثلاث .

الهــــى :

مصدر الدوافع والغرائز الإنسانية ، وهى الجانب الموروث من الشخصية لأنها مستودع القوى الغريزية . ثم النزعات المكبوتة لأنها المادة الأولى التى يتمايز منها الجهازان الآخران : الأنا والأنا العليا ، ويحتوى جهاز الهى على القوى الغريزية وعلى المكبوتات من خبرات ووجدانات أعيدت مرة ثانية دون أن تدخل إلى الشعور ، وهى

التى تمدنا بالطاقة النفسية اللازمة لعمل الشخصية بأكملها ، تمد النظامين الآخرين بالطاقة اللازمة لعملياتهما ، كما تحتوى الهى على كافة العمليات العقلية المكبوتة التى فصلتها المقاومة عن الأنا ، أى عن الشعور ، ومن هنا فإن الهى تنطوى على جزء فطرى وآخر مكتسب .

والمبدأ الذى يحدد عمل الهى هو مبدأ اللذة Principle of pleasure ، لأنها تهتم فقط بإشباع الحاجات البيولوجية وتتجنب الألم، مدفوعة بقوة غريزية غفل لاتراعى المنطق أو الأخلاق أو الواقع ، وداخل الهى لا تناقض بين القوى الغريزية أوعلاقات منطقية أو زمانية ، فكل شيء مباح طالما يحقق لذة ، وهذه القوى الغريزية تحتوى على الغرائز العدوانية والجنسية .

الأنـــا :

وينشأ الأنا Ego نتيجة لاحتكاكه بالواقع عن طريق نمو الإدراك والتفكير ، ويعمل الأنا وفق مبدأ الواقع ، لأنه وسيط فعال بين الهى والواقع ، بين دمدمة الغرائز وإلحاحها مقتضيات الواقع وشرعيته ، ومهمته الأولى تكمن فى إدراك الواقع والتكيف معه والإشراف على النشاط الإرادى وحفظ الذات ، وتحقيق التوافق الضرورى للحياة، وجدولة الدوافع ، وتعديل مستوى الإمكانات ، وبزوغ الإمكانات والقدرات الإبداعية والخلاقة .

ويقوم الأنا بالتحكم فى المطالب الغريزية مراعاة لمقتضيات الواقع ، بإصدار أحكامه ، فيما إذا كان سيسمح لرغبات الهى بالإشباع أم سيؤجل هذا الإشباع، أم سيقمع الرغبة ويقاوم إلحاحها ويكبتها . ولهذا يمثل الأنا والحكمة وسلامة التفكير والعقل . وهو فى قيامه بالتوفيق بين رغبات الهى ، ونواهى الأنا العليا وقواعد الواقع الخارجى إنما يقوم بالتوفيق بين رغبات متصارعة ومتعارضة ، وهذا ليس أمراً سهلاً، بل إنه قد يسبب القلق للأنا .

وإذا شعر الأنا بالقلق ، فإنه يحاول التخفيف من حدته والتغلب عليه عن طريق استخدام الحيل الدفاعية Defense mechanism التى تمثل القوى الكابتة والتى قد يتمثل بعضها فى الكبت Depression ، النكوص Regression ، التكوين العكسى re-action formation ، العزلة isolation ، والإسقاط projection عدم العمل undo-ing ، الإعلاء sublimation والأنا هو مركز الشعور ، غير أن كثيراً من عملياته قد توجد فى حال ما قبل الشعور Pre-Conscious ، فقبل الشعور أشبه ما يكون بمخزن يمد الشعور بالذكريات أو الدوافع التى تثير عند الفرد مشاعر الاستهجان أو أحاسيس الخطر ويخضع ما قبل الشعور لمبدأ الواقع .

الأنـا العـليا : Super Ego

وينشأ اشتقاقاً من الأنا ، بمعنى أنه الصورة المثالية للأنا ، أو الضمير ، أو المعيار القيمى لما ينبغى أن يكون عليه السلوك الإنسانى ، وهو ينشأ نتيجة لاستدخال قيم الوالدين المثالية والمدرسة ومعايير المجتمع وثقافته الرفيعة المستوى فى داخل الفرد، والاختلاف بين الخير والشر .. بين الحلال والحرام .. بين الحسن والقبيح ، وهذا التشرب للقيم هو الذى يشكل الضمير الخلقى وهو أساس تقدير الذات ومشاعر الإثم ؛ التحالف بين الأنا والأنا العليا هو الذى يضمن الدفاع ضد الغرائز ، والآنا العليا تنزع نحو المثل العليا ، وتتجه نحو الكمال ، وتوجه الأنا – ليس فقط – نحو كف الرغبات الغريزية للهى وبخاصة الرغبات الجنسية والعدوانية ، بل صوب القيم الخلقية والمثل العليا ولهذا تسمو الأنا العليا فوق مبدأ اللذة ومبدأ الواقع إلى معنى المثالية والكمال . ولهذا فإن الأنا العليا تعمل وفقاً لمبدأ الكمال Completion principle .

وبتكوين الأنا العليا تتسع دائرة عمل الأنا ، فبعد أن كان يعمل وسيطاً بين الهى والواقع الخارجى ، أصبح عليه أن يتوسط بين الهى والأنا العليا والواقع .

فعل الأنا أن يقاوم رغبات الهى ، ويراعى مطالب الواقع ومعايير الأخلاق فى مستواها الرفيع ، فإذا استطاع أن يوفق بين هذه النواحى الثلاث من الشخصية . عاش الفرد حياة متزنة متوافقة ، واتسمت شخصيته بالسواء ، أما إذا تغلبت عليه مطالب الغريزة ، وعجز عن كبح رغباتها بطرق مقبولة اجتماعياً أصبح الفرد خطرا على نفسه وعلى المجتمع ، وإذا تغلبت عليه مطالب الأنا العليا ، أصبح الفرد نهباً لمشاعر الذنب والإثم والخزى والاشمئزاز ، الأمر الذى يسلبه القدرة على الاستمتاع بالحياة ، ويجعل حياته جحيماً لا يطاق .

ومن هنا فإن التوازن بين مطالب أجهزة النفس الإنسانية هو الذى يقيم السواء الإنسانى ، وهذا التوازن لا يكون إلا بين ضدين ونقيضين ، بين حسى غرائزى محض، وروحى مضئ ومتعال ، بين رغبات ملحة ينبغى إشباعها ولكن تحت راية الواقع ومقتضياته الشرعية والقيمية ، حياة فكرية وإبداعية نسعى إلى بلوغها.

وهذه القوى الثلاث لا تعمل كقوى مستقلة عن بعضها داخل الفرد ، إنما هى وظائف نفسية متباينة ومتصارعة داخل الفرد ، الهى تمثل الجانب البيولوجى والفطرى والغريزى والعدوانى من الوجود الإنسانى ، والأنا المكون النفسى الذى يعمل وفقاً لمبدأ الواقع ، والأنا العليا تمثل المكون القيمى والمعيارى أو الضمير الخلقى للإنسان .

مفاهيم أو تصورات أساسية
فى التحليل النفسى

ثمة مجموعة من المفاهيم أو التصورات الأساسية هى التى أعطت التحليل النفسى طابعه المميز ، وتتمثل فى :

١- الدينامية :

مفهوم أساسى فى التحليل النفسى ، يفسر الظواهر النفسية باعتبارها ظواهر دينامية ، أى محصلة لصراع القوى المتعارضة فى داخلنا ، والقوى الداخلة فى الصراع هى الحوافز الغريزية ذات الأصل البيولوجى (حفزات جنسية وحفزات عدوانية) : وحوافز مضادة لها ذات أصل اجتماعى . ولو طبقنا هذا المفهوم على الأحلام ، لقلنا إن الحلم من حيث هو سلوك ، لايخرج عن كونه محصلة لصراع بين قوتين ، مكبوتات تريد أن تخرج ودفاعات تعترض طريقها فى صورة رقابة ، والأعراض المرضية ليست غير محصلة للصراع بين المكبوتات والدفاعات .

٢- الطبوغرافية أو البنائية :

ويقصد بها أن كل صراع لابد وأن يتم بين منظمتين ، فلا صراع داخل الهى ، ولا صراع داخل الأنا ، بل يكون الصراع بين هاتين المنظمتين ، بين الهى بحفزاتها الغريزية والأنا بدفاعاتها المختلفة ، وغالباً ما تساند الأنا العليا الأنا فى وقفتها ضد الهى .

٣ - الاقتصاديات النفسية :

يشير هذا المفهوم إلى كمية الطاقة النفسية التى يولد الفرد وهو مزود بقدر ثابت منها ، يضيع قدر من هذه الطاقة فى صورة مكبوتات ، ويضيع البعض الآخر فى صورة دفاعات ، وتكون الطاقة المتبقية تحت تصرف الجانب الشعورى وقبل الشعورى من الأنا ، معياراً لقوة الأنا . وكلما كانت هذه الطاقة كبيرة فى كميتها كان نصيب الفرد من قوة الأنا أكبر وأشد ، وكانت قدرته على مواجهة الإحباطات والتوافق مع الواقع وبزوغ الإمكانات والقدرات أشد فاعلية وقدرة . ومهمة التحليل رفع مستوى المكبوتات إلى مستوى الشعور وإلغاء الدفاعات المرضية ، الأمر الذى يعيد للأنا قوتها وللشخصية حضورها الفعال فى عالم الواقع .

٤ - مراحل النمو عند فرويد

يفترض فرويد وجود مناطق شبقية فى البدن (لذة شهوية) ، وإن للأطفال حياة جنسية ، أو بمعنى آخر «إن الطفل الصغير كائن غريزى ملئ بحوافز جنسية عديدة أشكال الانحراف Polymorphous Pervers .

ويقسم فرويد مرحلة الطفولة إلى عدد من المراحل النمائية التى يعتبرها مراحل نضج للغرائز ، وهذه المراحل هى الفمية oral والشرجية anal والقضيبية phallic : ولكل مرحلة من المراحل السابقة خصائصها النوعية ، والعقدة المركزية فى المرحلة القضيبية هى العقدة الأوروبية ، وفيها يرغب الطفل أن يحل محل الوالد من الجنس نفسه، وأن يمارس الاتصال البدنى مع الوالد من الجنس الآخر ، ونتيجة لهذه الرغبات الأوديبية فإن الطفل يسيطر عليه «قلق الخصاء فى الذكر» Castration anxiety أو حسد القضيب لدى الإناث Penis envy .

وفى المرحلة الفمية ، فإن الأم هى الشخص الذى يهتم به الوليد أكثر منا يهتم ، وبعد السنة الأولى من الحياة أو ما يقرب منها ، حيث يدخل الطفل فى المرحلة الشرجية ، لأنه يتحرك نحو الأشخاص الآخرين ونتيجة لذلك ، فإن هناك مرحلتين فى اختيار الأشخاص والموضوعات فى الفترة من سن سنتين إلى خمس سنوات ، والأخرى فى مرحلة البلوغ . وقد لا يتوافر الانسجام بين هاتين المرحلتين مما يؤدى إلى اضطراب الفرد .

٥ - الوعـــى :

يفترض فرويد أن للوعى ثلاثة مستويات : الشعور وقبل الشعور واللاشعور ، وأن الوقائع النفسية تستمد مقوماتها من اللاشعور ، وأن الجانب اللاشعورى من العقل يحتوى على كل ماهو غريزى ومنفصل عن الواقع .

٦ - الدافعـــية :

تقوم النظرية الدافعية عند فرويد على مفهوم الغريزة ، التى تعرف بأنها حالة فطرية من الإثارة ، تبحث عن تفريغ للتوتر . يحدد فرويد غريزتين ، هما : غريزة الحياة Eros وغريزة الموت Thanatos ، وللغريزة أربع خصائص رئيسة ، وهى : المصدر source ، والغرض aim ، والموضوع object ، والقوة الدافعة impetus .

٧ - القـــلق :

يحدد فرويد ثلاثة أنواع للقلق : القلق الموضوعى ، والقلق العصابى ، والقلق

الأخلقى أو المعنوى ، ويبين أن القلق يعمل كإشارة إنذار للأنا بخطر وشيك الحدوث ، ناتج عن اندفاعات غرائزية ، عندئذ تستنهض الأنا عددا من الآليات (المكيانزمات) الدفاعية لمواجهة هذا الخطر ، والتى قد يتمثل بعضها فى الكبت ، والإسقاط ، والإزاحة ، والتبرير ، والتكوين العكسى ، والإعلاء ، والنكوص ، والإنكار .

ومما سبق يتبين أن :

التحليل النفسى نظرية فى الشخصية ومنهج فى البحث ووسيلة فى العلاج ؛ قُدِّمَ كتعبير عن المنحى السيكودينامى فى دراسة السلوك الإنسانى ، ويفترض هذا المنحى أن الصراع واللاشعور هما القوة المتحكمة فى السلوك الإنسانى .

وقد توصل فرويد إلى رؤيته السيكودينامية من خلال ملاحظاته الكلينيكية المكثفة للمرضى والعصابيين ، إضافة إلى إخضاعه نفسه للتحليل النفسى الذاتى .

وقد افترض فرويد أن للوعى ثلاثة مستويات : الشعور وقبل الشعور واللاشعور ، وأن الوقائع النفسية تستمد مقوماتها من اللاشعور ، وأن ثمة حتمية نفسية ، وأن الجانب اللاشعور من العقل يحتوى على كل ما هو غريزى ومنفصل عن الواقع .

وقد افترض فرويد أن الجهاز النفسى يتكون من ثلاث منظمات نفسية هى (الهى والأنا والأنا العليا) وهى نتاج رحلة تطورية ارتقائية يتأخر فيها البلوغ ، وهنا تبزغ النظرة النمائية التى يصبح فيها الميلاد البيلوجى مجرد رحلة تمهيدية لمنظور ممتد ، كل مرحلة فيه لها مخلفاتها من مراكز تثبيت Fixation قد ينكص إليها الإنسان عند الإحباط regression ، والنظرة النمائية جزء مما أطلق عليه فرويد الميتاسيكلوجى ، وتشمل البعد الاقتصادى , Economic ، والبعد البنيوى Structural .

وتقوم النظرية الدافعية عند فرويد على مفهوم الغريزة التى تعرف بأنها حالة فطرية من الإثارة Excitation ، تبحث عن تفريغ للتوتر ؛ يحدد فرويد غريزتين هما : غريزة الحياة Erose (إيروس) وغريزة الموت Thanatos وللغريزة أربع خصائص رئيسية : (١) المصدر Source (٢) الغرض aim (٣) الموضوع object (٤) القوة الدافعة impetus .

ويحدد فرويد ثلاثة أنواع للقلق : القلق الموضوعى ، القلق العصابى والقلق الأخلاقى . وبين أن القلق يعمل كإشارة إنذار للإنا بخطر وشيك الحدوث ، ناتج عن اندفاعات غرائزية ، عندئذ تستهنض الأنا عددا من الميكانزمات الدفاعية

لمواجهة هذا الخطر ، والتى قد يتمثل بعضها فى الكبت ، الإسقاط ، الإزاحة ، التبرير ، التكوين العكسى reaction formation / والإعلاء والنكوص والإنكار .

وفى النهاية فإن نظرية التحليل النفسى تعكس (١) التزاما قويا إزاء افتراضات الحتمية determinism ، واللامعقولية irrationality ، وعدم القدرة على التغير ، والهيموستازيس homeostasis (٢) والتزاما متوسطا إزاء افتراضات الكلية والبنيوية constitutionalism (٣) والتزاما ضعيفا تجاه الذاتية .

الفرودية الجديدة، الإرشاد فى نظرية الأنا Ego - Counseling

ترتبط نظرية الأنا فى الإرشاد بتلك المجموعة من علماء التحليل النفسى ، التى طورت من النظرية الفرويدية الكلاسيكية وصاروا يكونون مايطلق عليه «الفرويديون الجدد Neo-Freudians ، أو «المحللون الجدد» كأصحاب نظرية أوسع وأكثر ملاءمة فى علم النفس ، وتتضمن هذه المجموعة من المحللين النفسيين علماء كثيرين يأتى فى مقدمتهم : الفريد أدلر Adler ، وكارن هورنى Horney ، وكارل يونج Jung ، وأوتو رانك Rank ، وهارى ستاك سوليفان Sulivan ، وإيريك فروم Fromm ، وإيريك ايريكسون Erikson وغيرهم ، ويتميز هؤلاء العلماء بأنهم يعطون أهمية أكبر لتأثير الأحداث البيئية والاستجابات المتعلمة والمؤثرات الاجتماعية الثقافية .

ويختلف المرشدون / المعالجون بنظرية الأنا اختلافا كبيرا فى الدرجة التى يتقبلون بها نظرية فرويد ، ومع ذلك ، فإن مفاهيمهم هى امتداد للفكر السيكولوچى فى التحليل النفسى ، مع التركيز الأكبر على وظائف الأنا . فعلم نفس الأنا Ego psy-chology يقيم توازنا أكبر بين الجوانب البيولوجية والجوانب الاجتماعية والثقافية للسلوك الإنسانى .

وتركز نظرية الأنا فى الإرشاد على الأنا كتنظيم – أى على قوة الأنا . وفى ذلك تعد «قوة الأنا» ego-strength ركيزة الصحة النفسية وغاية الإرشاد / العلاج ، وإذا كان فرويد يعتبر أن «الأنا» يتكون من طاقة الهى (ID) حينما يتفاعل الطفل مع عالمه ، فإن المحللين فى نظرية الأنا يعتقدون أن «الأنا» ينمو مستقلا عن حفزات «الهى»؛ ومن ثم فهم يعتبرونه ككيان عقلانى يكون مسؤولا بدرجة كبيرة عن الإنجازات العقلية والاجتماعية للفرد ، فالأنا له مصدره من الطاقة النفسية مستقلا عن الهى ، وله دوافعه واهتماماته وأغراضه .

ومما يتميز به المرشدون / المعالجون فى نظرية الأنا أنهم يركزون على

مايطلقون عليه السلوك السوى أو الصحى ، ويذهبون إلى أن نظرية فرويد قد قامت على أساس السلوك السوى هى موضع شك . ويعزون جانبا كبيرا من سلوك الفرد إلى الضبط الواعى ، ولذلك فإنهم يميلون إلى أن يعطوا وزنا أكبر لدور البيئة فى نمو الفرد.

وتصمم طرق الإرشاد فى نظرية الأنا على أن تساعد الأفراد على إنماء جوانب وقوى المواجهة فِى الشخصية ، لمساعدتهم على مواجهة واقع العالم من خلال بناء وظائف الأنا ، ويعنى الإرشاد هكذا بتقوية الأنا إلى الحد الذى يستطيع به التعامل مع المشكلات فى العالم الواقعى ، بينما يساعد الأفراد على التخلص من آليات الدفاع التى تعرق التفاعل مع العالم الواقعى .

ثانيا : السـلوكية

تمثل النظرية السلوكية تيارا علميا فى علم النفس ، وتقوم معطيات هذه المدرسة على إنكار ما يسمى باللاشعور أو اللاوعى ، مؤكدة دور الحتمية البيئية ، فالإنسان نبت للبيئة التى يعيش فيها ؛ وسلوكه وخبراته وعاداته يتم اكتسابها عن طريق التعلم .

والتعلم جوهرى للوجود الإنسانى وأساسا للتربية ، ومنطلق لا غنى عنه لدراسة علم النفس ، وضرورة لفهم حقيقة العقل البشرى .

وقد حظى موضوع التعلم باهتمام المفكرين والعلماء والفلاسفة أمثال أرسطو والقديس أوغسطين وجون لوك ، وكانوا جميعا يعتبرون التعلم قضية رئيسية ، كما بلغ الاهتمام بقضايا التعلم وقضاياه ونوعية السلوك وكيفية الاستجابة وطرائق العلاج السلوكى ذروته فى أوائل القرن العشرين وما زال حتى يومنا هذا .

تقوم النظرية السلوكية على عدد من المسلمات ، يمكن إيجاز أهمها فيما يأتى :

١- إن علم النفس هو علم السلوك science of behavior ، وهدفه النظرى هو التنبؤ بالسلوك وضبطه . وليس الاستبطان جزءا رئيسيا من مناهجه ، والسلوك هو جميع أوجه نشاط الفرد التى يقوم بها الفرد والتى يمكن ملاحظتها ، فلا مكان فى هذا العلم لما يسمى بالشعور والذهن والإرادة واللاشعور وما إلى ذلك ، وهذا راجع إلى إنه علم نفس موضوعى . وقد أطلقت السلوكية على نفسها فى بدايتها اسم علم النفس الموضوعى objective psychology ، بمعنى أنها ترفض منذ البدء الشعور موضوعا، والاستبطان منهجا ، ووسيلة السلوكية لذلك ، هو الاعتماد على البيانات التجريبية والسلوك الذى يمكن ملاحظته .

٢- إنه يمكن اختزال سلوك الإنسان إلى عمليات فسيوكيميائية ، وأنه يمكن تفسير سلوك الإنسان فى ضوء ما يحدث من تغيرات فسيولوجية ونيرولوجية بما يزيد من اقتراب علم النفس من العلوم البيولوجية ، ويصبح سلوك الإنسان عبارة عن تنظيمات من وحدات صغيرة من المثيرات والاستجابات ، الارتباط بينها ارتباطا فسيوكيميائيا .

٣- تعتبر العادة بمثابة المفهوم الأساسى فى النظرية السلوكية وهى محور الشخصية ، ويكتسب الفرد عادته أى يتعلمها ، والشخصية هى تنظيم معين من عادات . وأن ذلك التنظيم هو الذى يحدد سلوك الفرد ، ويميز شخصيته عن غيره من الأفراد .

٤- يسلم السلوكيون بالحتمية النفسية ، بمعنى حتمية حدوث الاستجابة إذا تعرض الإنسان لمثير ما ، وأنه من الممكن التنبؤ بنوع الاستجابة إلى سيثيرها مثير معين ، وكذلك من الممكن تعرف ما أدى إلى استجابة معينة من مثيرات .

٥- العوامل البيئية هى العوامل الرئيسية التى تعمل على تكوين شخصية الفرد ولهذا عرف السلوكيون بالبيئيين لتمييزهم عن الوارثيين الذين يتحدثون عن أهمية الوراثة ، وينصب اهتمام السلوكيين على عملية العلم وإكساب الفرد عادات معينة .

هذه هى أهم المسلمات التى تقوم عليها النظرية السلوكية، وفى ضوئها يسوق السلوكيون نظريتهم فى تفسير السلوك .

وتعتبر السلوكية بمثابة رد فعل لنظرية التحليل النفسى ، لرفضها كثير من مفاهيم التحليل النفسى ، حيث يرى السلوكيون أن دراسة الخبرة الذاتية عن طريق التداعى الحر أو تحليل الأحلام لا يؤدى إلى حقائق علمية مقبولة ، يصعب التحقق من صحتها .

ويرون أن دراسة السلوك الذى يمكن ملاحظته بصورة مباشرة فى ضوء المثيرات التى تثير هذا السلوك والعوامل التى تؤدى إلى تدعيمه ، وغير ذلك من ظروف يمكن السيطرة عليها تجريبيا – هى الأسلوب المناسب لتكوين نظرية علمية مناسبة عن سلوك الإنسان .

ويمكن تقسيم البحث فى السلوكية إلى ثلاث مراحل :

أولاً : مرحلة ما قبل السلوكية : Pre Behaviorism

ويمثل هذه المرحلة «جون لوك» الذى نظر إلى الإنسان على أنه يولد وعقله لوح مصقول (Tabla rasa) ، وأنه لا يوجد فى العقل ما لم يكن من قبل فى الحس ، ومن ثم تصبح منافذ المعرفة هى الحواس ، وأن كل ما نتعلمه إنما نكتسبه ، ولا يوجد مايسمى بأفكار قبلية كامنة ومتأصلة فى العقل ومفطور عليها ، وعارض كثير من

الفلاسفة لعل من أهمهم «كانط» ، الذى أكد وجود مقولات عقلية فى العقل يتعلمها وينظم من خلالها ما يصله من معارف ومعلومات .

ويمثل «فونت» مرحلة لاحقة من مراحل ما قبل السلوكية ، ويعتبر أول من أنشأ معملا لعلم النفس ، وينسب إليه الفضل فى ظهور المدرسة البنائية Structuralism وهى المدرسة التى تؤكد عملية الاستبطان الذاتى Introspection . وكان لأعمال «فونت» أيضا تأثيرها على المدرسة لوظيفة Functionalism .

ثم تلا ذلك أعمال «هيرمان أيبنجهاوس» Ebbinghaus فى مجال الذاكرة وتكرار قوائم الكلمات التى لعبت دورا كبيرا فى تجارب «ثورندايك» .

ثانياً : المرحلة السلوكية : Behaviorism

ورائدها الأول واطسون ، الذى ركز على الحتمية البيئية فى تشكيل السلوك وحّول الإنسان إلى آلية سلوكية يتحكم فيها المثير والاستجابة ، ولعلم من أهم العلماء الذى تأثر بهم «بافلوف» الذى تأثر بدارون . وقد أثرت السلوكية – بما تنطوى عليه من مبادئ وقوانين للتعليم صاغها واطسون وبافلوف وثورندايك – فى أعمال هل وجثرى وتولمان وغيرهم .

ونتساءل من هو واطسون الذى أعطى لهذه المدرسة دورها العلمى الشائع : جون برودس واطسون John Broadus Watson (١٨٧٨ – ١٩٥٨) رائد المدرسة السلوكية . فهو الذى صاغ المذهب السلوكى وعمل على انتشاره عبر وسائل الإعلام الأمريكية .

وتتلخص رؤيته فى ضرورة أن يكون علم النفس علما طبيعيا وليس من العلوم الاجتماعية ، وأن يقطع صلته بماضيه غير العلمى ، وأن يركز بحوثه على دراسة السلوك ، أو دراسة الاستجابات الناتجة عن المثيرات البيئية .

حصل واطسون على الدكتوراه من جامعة شيكاغو ١٩٠٣ ، وكان موضوعها «التعلم عند الحيوان» ، واستفاد من تجارب ثورندايك ونظرياته ، وأجرى بحوثه على الذكاء عند الحيوان ، وشملت دراسته الطيور والقرود والفئران من زاوية سلوكية .

وعندما عين أستاذاً لعلم النفس بجامعة جونز أنشأ بها معملاً للبحوث فى علم نفس الحيوان ، وقد كتب مقاله الشهير «علم النفس من وجهة نظر سلوكى» Psycholo-gy as Behaviorist views it وفيه أكد أن علم النفس هو علم السلوك البشرى ، وأن هذا السلوك ينبغى دراسته مضبوطاً كموضوعات العلوم التجريبية كالكيمياء والفيزياء

وغيرهما من العلوم التجريبية ، ومن خلال الضبط التجريبى بحث فى اختبارات الذكاء ، وحساب زمن رد الفعل ، والأداء والمهارات الحركية ، ومقاييس الشخصية .

وأصدر واطسون كتابه الأول ١٩١٤ وكان عنوانه «السلوك مقدمة فى علم النفس المقارن» Behavior : An Introduction to Comparitive Psychology وفيه دافع عن استخدام الحيوانات فى الدراسات النفسية ، ووصف الغريزة بأنها سلسلة من الإنعكاسات التى تنشطها الوراثة . ثم دعا إلى استخدام التشريط كوسيلة تجريبية عام ١٩١٦ ، واعتبر التشريط أساس التفكير والتعليم ، واعتبر الكلام نتيجة لهذا التشريط الإجرائى ووصف العادة بأنها استجابة شرطية مركبة .

ثم اهتم بالمخاوف المرضية وأثبت تجريبياً أن المخاوف من الفئران يمكن التغلب عليها عن طريق التشريط التجريبى .

وفى عام ١٩١٩ أصدر كتابه المهم «علم النفس من وجهة نظر سلوكى» Psychology From the Standpoint of a Behaviorist ، وفيه حاول أن يبسط مبادئ ومناهج علم النفس المقارن ، إلى مجال الدراسات على السلوك الإنسانى ، ودافع بشدة عن استخدام التشريط فى البحث العلمى .

وفى عام (١٩٢٥) ألف كتابه السلوكية Behaviorism ثم كتاب العناية النفسية بالرضيع والطفل Psychological Care of Infant and Child .

وفى كتابه السلوكية قال واطسون عبارته المشهورة «أعطونى اثنا عشر طفلاً رضيعاً يتمتعون بصحة جيدة وبنية سليمة ، وأنا أصنع منهم عشوائيا ودون اختيار أطباء ومحامين وفنانين ورجال أعمال أو حتى شحاذين ولصوصا ، بغض النظر عما يتمتعون به من مواهب أو اهتمامات أو ميول أو قدرات أو ما يتمتع به آباؤهم أو أجدادهم أو الجنس الذى ينتمون إليه .

ومما سبق يتضح أن واطسون كان من أنصار البيئة ، وضد الوراثة ولا يؤمن بها وضد الفطرة ، ولم يؤيد القول بالغريزة .

ويرى السلوكيون أن السلوك المرضى يمكن اكتسابه ، كما يمكن التخلص منه ، ومن ثم عدم وجود اختلافات بين طريقة اكتساب السلوك العادى ، وطريقة اكتساب السلوك المرضى ؛ إذ إن العملية الرئيسية فى كلتا الحالتين هى عملية تعلم ، وهى عملية تكوين ارتباطات بين مثيرات واستجابات .

ثالثاً : المرحلة المعاصرة Contemporary

وقد انصب تفكير العلماء فيها على زيادة الاهتمام بالدافعية والاقتران والتعزيز ، وعلى الفنيات العلاجية التى تواجه الاستجابات اللاتوافقية المتمثلة فى كثير من الاضطرابات السلوكية كالهروب من المدرسة والشجار ، والسرقة ، والتزييف ، وتعاطى الكحوليات والمخدرات ، والجرائم الجنسية والقوادة ، وقد تلحق بها العادات السيئة عند الأطفال مثل قضم الأظافر ، والتبول اللاإرادى ، والاستمناء ، ومص الأصابع، ونوبات الغضب التى ليس لها مبرر والسلوكيات المضادة للمجتمع .

وتتنوع وسائل العلاج السلوكى ، وتتنوع فنياته العلاجية بتنوع الاضطرابات اللاتوافقية إزاء الذات والمجتمع ، كالجنسية المثلية وجناح الأطفال ، وحالات التجوال الليلى ، والهيستريا والمخاوف المرضية ، والبرود الجنسى لدى النساء ، وما إلى ذلك .

وهذه العلاجات ، وما تنطوى عليه من فنيات علاجية ، تهدف إلى هدف واحد ، هو تعديل السلوك ، هنا والآن وعلى النحو المرغوب فيه ليكون متوافقاً مع المطالب النوعية لبيئة الفرد .

وتعديل السلوك فى صميمه مفهوم عام يشير إلى مجموعة من الفنيات العلاجية التى انبثقت من قوانين ومبادئ التعلم ، تلك التى تصف العلاقات الوظيفية بين المتغيرات البيئية والسلوك ، فكل سلوك هو سلوك متعلم ، سواء أكان سوياً أم غير سوى، ومن ثم يمكن تعديله.

وينطوى تعديل السلوك عن فنيات علاجية متعددة : يتمثل بعضها فى التحصين التدريجى Systematic disensatization ، التشريط الإجرائى ، الاسترخاء، الانطفاء ، التشريط بالأنموذج Modeling ، التشريط بالنقيض counter conditioning والتشريط التنفيرى Aversion والتوكيدية assertiveness .

وخلاصة القول فإن السلوكيين ينظرون إلى الإنسان كتنظيم معين من عادات اكتسبها أو تعلمها ، وهم لذلك يؤكدون فى نظريتهم أهمية العوامل البيئية التى يتعرض لها الفرد فى أثناء نموه .

ولهذا فإن الصحة النفسية عند السلوكيين تكمن فى اكتساب الفرد عادات مناسبة تساعده على التوافق الفعال مع البيئة وتمكنه من اتخاذ القرارات السليمة فى مواجهة تحديات البيئة .

ثالثاً - السلوكية «الجديدة» (التعلم الاجتماعى) :

شهدت معظم نظريات التعلم فى الثمانينيات تطورا من منحى المثير - الاستجابة كما قدمه بافلوف وواطسون وسكنر ، إلى منحى «التعلم الاجتماعى» Social learning كما قدمه «ألبرت باندورا» Bandura - وهو المنحى الذى يمثل مايعرف بالسلوكية «الجديدة» "New" Behabivrism .

يذهب هذا العالم السلوكى إلى أنه يوجد مابين المثير والاستجابة تكوين معقد للغاية وهو «الشخص الداخلى» "Inner person" الذى يستطيع أن يتخذ قرارات وأن يحلل الأحداث والمثيرات قبل أن يأتى بالاستجابة ، يركز «باندورا» على قدرتنا على تعلم سلوكيات متقنة تتشكل على نحو يتواءم داخل النظام المعقد لحياتنا الجماعية ، وذلك هو مايعنيه بمصطلح التعلم الاجتماعى : فالتعلم الاجتماعى هو فعل تعلم السوكيات التى تتلاءم داخل نظامنا المعقد للحياة الاجتماعية ، فنحن كائنات اجتماعية، ونعمل وفقا لمبادئ السلوك الذى نلاحظه فى الآخرين.

فالكثير من سلوكنا نكتسبه بواسطة التعلم بالملاحظة Observational learn-ing ، الذى يعنى أننا نتعلم أنماطا من السلوك عن طريق ملاحظة أو مشاهدة الآخرين وتقرير مانحاكيه من هذا السلوك . إن الطفل يتعلم من والديه أنماط الكلام والعادات الشخصية وأساليب الاستجابة للآخرين ، أى إن الطفل يلاحظ ثم ينمط السلوك الملاحظ الذى خبره من الأشخاص المهمين ، هكذا يشير التعلم الاجتماعى إلى كل تعلم من المواقف الاجتماعية . ويحدث التعلم بالملاحظة من مشاهدة الأحداث ، أو الأشخاص ، أو المواقف .

يوضح «باندورا» فى إحدى تجاربه الشهيرة ، أن الأطفال الذين يلاحظون نماذج من السلوك العدوانى عند الكبار ، يصيرون هم أنفسهم أشخاصا عدوانيين ، ويبرز «باندورا» أن الطفل لايحتاج إلى تعزيز نوعى ، كالطعام مثلا، قبل أن يتعلم شيئا ما ، فالتعلم الاجتماعى يمكن أن يحدث عن طريق التعرض والمحاكاة - أى التعرض للخبرات والمواقف والأحداث ، ومحاكاة مايختاره الفرد منها ، ويعنى ذلك أن التعلم الاجتماعى أكثر تعقيدا من مجرد الاستجابة الآلية ، ولاينكر «باندورا» هنا التعزيز ؛ فالتعزيز لايزال يوجد فى عملية التعلم : فالطفل فى البداية يحاكى مايلاحظه ، والمحاكاه يدركها الوالدان ؛ وحينما يبدى الوالدان استحسانهما للسلوك المتعلم بالملاحظة لدى الطفل ، تنشأ دائرة كاملة من السلوك والتعزيز .

يؤكد «باندورا» أن استجابتنا لمثير من المثيرات فى البيئة يحكمها أسلوبنا الفردى

– أى تعلمنا السابق وخبراتنا السابقة وتفسيراتنا الحالية كلها مجتمعة .. ولذا فإنه يعتبر أن السلوكيين السابقين لم يتوصلوا إلى الجوانب التى تتناسب مع مواقف التعلم بدرجة كافية وتكون أكثر فائدة واستخداما . يذهب «باندورا» إلى أنه حتى فى التشريط الكلاسيكى ، فإننا نأخذ فى الاعتبار دائماً الماضى والمستقبل ؛ فنحن لسنا بكائنات سالبة ، ولكننا نلاحظ ردود فعل الأخرين – الإثابة ، أو عدم الاعتبار ، أو العقاب – ونستفيد من ملاحظاتهم . وهكذا يمثل «باندورا» فى جوانب كثيرة توجها توفيقيا بين التعامل مع الإنسان ، كآلة كما ذهبت السلوكية الكلاسيكية والإنسان كمخلوق رمزى.

ومن الواضح أن نظرية التعلم الاجتماعى عند «باندورا» تؤكد أهمية الجوانب المعرفية فى التعلم ، فنحن نفكر فى المثريات التى نتعرض لها فى البيئة ونتخذ قرارات بشأن استجاباتنا ، وهنا تبدو أهمية نظرية «باندورا» فبينما يغفل السلوكيون السابقون دور العمليات المعرفية ، يبرز «باندورا» دور المعرفة فى التعلم ، وتنعكس هذه التطورات فى مدرسة علمية متميزة فى الإرشاد أو العلاج ، تعرف بالإرشاد / العلاج المعرفى – السلوكى .

وينصب تفكير العلماء فى هذه المرحلة من تطور السلوكية على زيادة الاهتمام بالدافعية والاقتران والتعزيز ، والفنيات العلاجية التى تواجه الاستجابات اللاتوافقية المتمثلة فى كثير من الاضطرابات السلوكية كالهروب من المدرسة والشجار، والعنف والعدوان والخوف ، القلق .

ثالثاً : المنحى الإنسانى فى علم النفس

جاءت كتابات علماء النفس الإنسانيين مواكبة لما ساد العالم من دمار نفسى ومعنوى وقيمى ، بعد وأثناء الحرب العالمية الأولى والثانية ، التى فجرهما الإنسان فى أقل من ثلاثين عاماً ، ونتيجة لهما ساد العالم حالة من القلق العام الذى تملك الإنسان، فلقد كان لهذين الحربين أثر بالغ فى إشعار الإنسانية بالمعانى الكبرى التى تؤلف نسيج وجودها ، حيث القلق الوجودى والذنب الأنطولوجى والمدخل الفنومنولوجى فى رؤية الوقائع والحرية ، التى هى جوهر وجود الإنسان والاختيار والمسئولية والالتزام وتجاوز الذات وتقبل العالم بما فيه من متناقضات ، والسعى إلى الخلاص وتأصيل الحرية والقيمة والمعنى .

وهى معان ساهمت بقدر وافر فى تكوين الإطار التصورى للمدرسة الإنسانية فى علم النفس ، باعتبارها قوة ثالثة ، تقف بين التحليلية والسلوكية .

وقد رأت هذه المدرسة فى الإنسان كائناً ينطوى على خير محض وإمكانات خلاقة ، وقدرات متميزة ، يصبو دائما إلى أعلى ، حيث القيمة والمعنى والمثل العليا ، وأن وجوده لا يمكن فهمه إلا فى إطار من سعيه المتواصل إلى أعلى ، وتقبله لذاته ، وتجاوزه لمواطن الضعف فى صلب تكوينه ، وانطلاقه صوب الذات وتوكيد الإمكانات .

يقول ماسلو إن حياة الإنسان لا يمكن أن تفهم إلا من خلال تطلعه إلى أعلى ، ونموه المتواصل وقدرته على تحقيق ذاته وسعيه إلى السواء ، وإن مطلب تحقيق الذات والاستقلال والشوق الكامن فينا نحو التميز والعلو ، يجب قبوله كنزعات عامة واسعة الانتشار بين الناس .

ولهذا تنطوى المدرسة الإنسانية على رؤية جد متفائلة بمستقبل أفضل للإنسان فى سعيه وفى توكيده لإمكاناته وتفجيره لقدراته الخلاقة ، ونزوعه الفطرى نحو الكلية والكمال ، تحقيقاً للذات وتوكيداً للإمكانات وتأصيلاً للمعنى والقيمة والحق والخير والحقيقة فى الحياة .

وقد تأثرت هذه المدرسة بالفلسفة الوجودية ، التى هى تشكيلة متجانسة من علم اللاهوت ، والفلسفة والطب النفسى وعلم النفس ، وقد اندمجت جميعاً من جهد هائل لفهم الوعى والسلوك الإنسانى والانفعالات البشرية .

يركز الوجوديون على الوعى الإنسانى وعلى أن الإنسان موجود فى العالم ، يعى وجوده ، ويعى العدم المتربص به (الموت) ، وأن الإنسان هو الذى يضفى على الحياة وعلى الأشياء معنى ، ومن ثم فهو مسئول عمن يكون ؟ وعن ماذا يكون ؟ فالإنسان لا شىء سوى ما يفعله لنفسه . وأن التحدى الذى يجابهه الإنسان ، يكمن فى محاولته إضفاء المعنى على حياته وعلى ما يقوم به من عمل .

ويقوم هذا المنحى فى علم النفس على عدد من المسلمات أو الأسس ، لعل من أهمها :

١- الإنسان خير :

يرى أصحاب المنحى الإنسانى إن الإنسان خير بفطرته ، وأنه ينطوى على ثراء إنسانى بغير حدود ، وأن ما يظهر منه من إنانية وعدوانية ، إنما هو عوارض مرضية يمكن تجاوزها ، وهى تحدث نتيجة لما يكابده الإنسان من إحباطات تعوق تحقيق إمكاناته .

فنحن نولد مزودين بخصائص الطبيعة الإنسانية المشتركة ، وبإمكاناتها والطبيعة الإنسانية فى جوهرها خير محض ، وإمكانات ثرية فى محتواها تمنح لكل الكائنات عند الميلاد .

ولهذا يرون أن الخاصية الرئيسية للشخصية تكمن فى وحدتها الجوهرية وكليتها، وأن هذه الكلية وتلك الوحدة تتميز بخصائص من أبرزها المثالية ، القيم ، الشجاعة ، الحب وروح المرح ، والغيرة ، والإحساس بالذنب . إضافة إلى ما يكمن فى داخل الإنسان من قدرات خلاقة لنظم الشعر وتأليف الموسيقى ، وترسيخ العلم وكافة مناشط العقل . وأن الطبيعة الإنسانية فى جوهرها خير محض ، وأن قوى الشر والتدمير والعنف فى الناس ما هى إلا نتيجة للإحباط أو تعطل Thwarting الحاجات الأساسية ، وليس نتيجة شر فطرى Inherent wickedness من جانبه .

والطبيعة الإنسانية عند علماء النفس الإنسانيين صرح من الإمكانات الكامنة Potentialities التى تتجه صوب النمو الإيجابى ، وأن هذه الطاقات الكامنة قاسم مشترك بين الناس جميعاً .

وهذه الطاقات تبدو واضحة فى إمكانية الإنسان على الإبداع ، فالإبداع أعظم خاصية بين الناس جميعاً ، وأنه خاصية مشتركة فى الطبيعة الإنسانية ، معطى كامن نولد ونحن مزودون به ، فمن الطبيعى أن تنبت الأشجار وأوراقها ، وأن تحلق الطيور ، وأن يبدع الإنسان .

٢- الإنسان حر فى حدود معينة :

يرفض علماء النفس الإنسانيين القول بالحتمية ، سواء أكانت حتمية نفسية لاشعورية على النحو الذى ذهب إليه أصحاب التحليل النفسى ، أم حتمية سلوكية تحتمها الاستجابة للمثيرات كما يقول السلوكيون .

وهذا راجع إلى أن الإنسان عند علماء النفس الإنسانيين مشروع وجود لم تتحدد ماهيته بعد ، أى لم يتحدد وجوده الزمانى بعد ، ومن ثم فهو حر، وأن حريته تعنى أنه يتجاوز ذاته ، ويعلو على نفسه ، ويفترق عن ماضيه ، ويصوغ لنفسه معنى وهوية فى الحياة ، وحريته ليست مطلقة بل هى مشروطة وملزمة .

وحرية الإنسان من هذا المنظور تعنى أن الإنسان مبدع القيم لنفسه وإنه سيد اختياره وإنه ما يفعل .

ولذا فالإنسان مسئول عن اختياره ، فنحن ما نختار ، وهو كيان فى صيرورة ، ومن ثم فهو فى حالة تغير وعلو دائمين .

ولهذا كانت مشكلة الحرية والاختيار والمسئولية وتحقيق الذات وتوكيد الإمكانات والنزوع المستقبلى ، قضايا محورية فى علم النفس الإنسانى ، والإنسان من هذا المنظور الإنسانى هو الكائن الوحيد الذى يصبو إلى أن يكون غير ما هو عليه «فليس هناك موجود بشرى بمعزل عن السمو» و «الإنسان كائن يسمو دوماً عما هو عليه» ، فحياته ، تجاوز للحاضر صوب المستقبل .

٣- القلق :

وتأثر علماء النفس الإنسانيين بتصور القلق عند الوجوديين وبأنه عرض الوجود الإنسانى ، وأنه كامن ، ومتأصل ، وملازم لوجود الإنسان ، وأنه نضال الإنسان ضد العدم المتربص به ، وإنه طاقة خلاقة تحفز إلى الحركة والنشاط المبدع ، وأن كافة منجزات الإنسان الخلاقة ، كانت مدفوعة ومعبأة بقلق دافعى ، متوهج بالرغبة إلى الإبداع وتقديم الجديد .

ويعتبر رولو ماى Rollo May مؤسس العلاج النفسى الوجودى أن القلق يلعب دوراً محورياً فى حياة الإنسان ، لأنه يبدو فى دورين : دور له قيمة من حيث إنه يفتح الأبواب أمام إمكانات الحياة بصورة مختلفة ، عن طريق مواجهة الشخص لما يجعله قلقاً ؛ ودور مؤلم مخيف وهو ما يؤدى بالفرد إلى تجنب هذه الإمكانات ومحاولة الحياة فى عزلة وبصورة محددة .

ويؤكد مـاى ، «أن القلق هو التجـربة التى نعيش فيـها التـهديد بالعـدم الوشيك للكينونة، فعندما يحقق الفرد إمكاناته فإنه يخبر القلق ، وعندما يفشل فى تحقيقها فإنه يخـبـر الذنب الإنطولوجى . وهنا يربط مـاى بين القلق والذنب الوجـودى (الأنطولوجى)، بحسبانـهما مفهومين محوريين فى الفلسفة الوجودية . ويحدد أربع خصائص مميزة للذنب الأنطولوجى .

* لا يوجد من يستطيع أن يحقق إمكاناته Potentialities فى الواقع تحقيقاً تاماً ، إذاً فكل إنسان يخبر الذنب الأنطولوجى .

* لا ينتج الذنب الأنطولوجى من محـرمـات Prohibitions ثقافيـة ، بل هو نتاج وعى بذاتى بأنى إنسان يستطيع أن يختار وأن يفشل فى حياته وفى اختياره ، وأن ارتقاءه مرتبط بالذنب الانطولوجى .

* ويختلف الذنب الأنطولوجى عن الذنب العصـابى فى أن الأول خـاصيـة وجودية وأن الثانى عرض مرضى .

* لا يؤدى الذنب الأنطولوجى إلى تكوينات مـرضـيـة ، لأنه ذو قـوة بنائيـة Constructive force فى الشخصية يؤدى إلى الإنسانية وإلى الحساسية المرهفة فى العلاقات الإنسانية وإلى الاستخدام الخلاق لإمكانات الإنسان .

وعلى هذا ، فـإن القلق عند مـاى هو قلق وجـودى ، يمثل عـرض الوجـود الإنسانى ، وهو معبأ بقوة دفع إلى توكيد الإمكانات وتحقيق الكينونة على نحو خلاق .

٤- **المعنى فى الحياة**: Meaning in life

لعل من أهم إضافات التيار الإنسانى فى علم النفس تجاوزه «للحتمية» deter-minism سواء أكانت حتمية سلوكية آلية أم لا شعورية . ولهذا ركز علماء هذا التيار (مثل ، جولدشتين Goldstien ، ماى May ، فرانكل Frankle ، وماسلو Maslow) جل اهتمامهم على الجوانب المضيئة فى صلب تكوين الإنسان ، والتى يتمثل بعضها فى المعنى والاستمرارية والقيمة والانسلاخ من حتمية الماضى والنزوع صوب المستقبل .

وتتبلور أفكار الوجوديين على شكل نظرية نفسـية عند فرانكل (١٩٧٢) تقوم على أن حياة الإنسان تتمركز حول إرادة المعنى Will - To - Meaning . ويرى أنه إذا ما غاب عن الإنسان الشعور بمعنى الحياة، فإنه يخبر ما يسميه بالفراغ الوجودى Existential Vacuum . وهو مفهوم صكه فرانكل للتعبير عن حالة الملل والسأم ، وأن الحياة أصبحت تسير بغير معنى أو هدف ، ولهذا كان العلاج بالمعنى -Logother

apy هو العلاج بالعقل أو الكلمة أو المعنى كما أراد له فرانكل أن يكون ، هو السبيل الوحيد للخروج من حالة اللامعنى إلى المعنى ، وهذا الخروج ليس عملية سهلة إنما هو عملية صعبة ، يبلغ إليها الإنسان حينما يشعر أن حياته لم يعد لها معنى ، والمعنى فى الحياة هو المعبر إلى «تسامى الذات» ، ذلك الذى يتجاوز تحقيق الذات.

يقول فرانكل (١٩٨٢) «الهدف الحقيقى للوجود الإنسانى لا يمكن أن يوجد فيما يسمى بتحقيق الذات ، فالوجود الإنسانى هو بالضرورة تسام بالذات وتجاوز لها أكثر من أن يكون تحقيقاً للذات» .

وتسامى الذات يعنى أن الإنسان كائن مجاوز ، لما هو متحقق إلى ما هو غير متحقق ، وهذا مكمن قوته وتساميه المستمر

فللحياة معنى رغم العبث التناقض واللامعقول ، ومن اليأس من الحياة إلى الولع بالحياة ، فنحن الذين نضفى على الأشياء القيمة والمعنى ، وهذا الإضفاء لايكون إلا من خلال الشدة والقوة على إعطاء الحياة والمواقف قيمة .

والإيجابية فى حياة الإنسان كمعيار للسواء النفسى تتطلب أن يأخذ الإنسان نفسه بالشدة ، وأن يتجاوز الوقوع فى أسر الغواية ومكاسب المرض النفسى .

ولهذا انصب اهتمام علماء النفس الإنسانيين على «تنمية إمكانات الإنسان للسواء والارتقاء بلوغا إلى قوة الكينونة التى تتضمن التسامى بالذات» -Self - tran scendence وتأكيد الوعى فى تشكيل الخبرة والكينونة .

وعلى ذلك فإن قيمة حياة الإنسان تستمد دلالتها من معنى ما يقوم به من أفعال وما يتوق إلى تحقيقه فى المستقبل .

٥- تحقيق الذات :

يحتل تصور تحقيق الذات مكانة محورية لدى علماء النفس الإنسانيين وبخاصة فى تصورات ماسلو وكلينيكية روجرز ، فعند ماسلو (١٩٨٧) تحقيق الذات هو : دافع الوجود الإنسانى وجوهر فطرته .

ولهذا استخدم ماسلو ، مفهوم تحقيق الذات للكشف عما فى داخل الإنسان من خير محض ، ومواهب خلاقة ، وقدرات مبدعة وإمكانات خبيئة بغير انتهاء ، وبيّن أن هذا الثراء الداخلى للإنسان هو قاسم مشترك بين الناس جميعا .

ويرتبط تحقق الذات عند ماسلو بإشباع ما يسميه بالحاجات الأساسية ، فقد افترض ماسلو أن هناك تنظيماً دافعياً متدرجاً من الحاجات ، قاعدته الحاجات

العضوية وقمته تحقيق الذات . وهذه الحاجات على النحو التالى : الحاجات العضوية ، الحاجة إلى الأمن ، الحاجة إلى الانتماء والحب ، الحاجة إلى تقدير الذات ، وأخيراً تحقيق الذات .

وعلى أية حال ، فإن إشباع هذه الحاجات - على النحو الذى افترضه ماسلو - يفضى إلى تحقيق إمكانات الفرد وخروجها من حيز الكمون إلى حيز الوجود الخلاق . ولهذا فإن الأفراد الذين يتحقق لهم إشباع حاجاتهم على النحو الذى افترضه ماسلو «يندفعون لاستثمار ما لديهم من مواهب وإمكانات لتحقيق الوحدة والتكامل فى الحياة» .

ومن ناحية أخرى يحدد ماسلو خصائص الأفراد المحققين لذاتهم والذين يعتبرهم الأفضل من بين الناس ، وتتحدد هذه الخصائص فى :

١- لديهم منظور أكثر فاعلية للواقع More efficient perception of reality يمكنهم من إدراك العالم من حولهم بطريقة سليمة وفعالة ، فهم يرون الحقيقة كما هى بالضبط وليس كما يتمنون أو يحتاجون أن تكون.

٢- تقبل الذات والآخرين والطبيعة Acceptance self, others and nature يتقبل المحققون لذواتهم أنفسهم كما هى ، ولا يفرطون فى نقد عيوبهم Shortcomings وفشلهم وضعفهم ، ولا يحملون أنفسهم مشاعر ذنب وخزى وقلق وما إلى ذلك من الحالات الانفعالية ، بل يشعرون بالرضا عن أنفسهم ، ويتقبلون طبيعتهم الإنسانية ، فهم يأكلون بشهية وينامون جيداً ويتمتعون بحياتهم الخاصة دون كف أو كبت ، وبالمنطق نفسه يتقبلون الناس من حولهم .

٣- التلقائية والبساطة والطبيعية Spontaneity, Simplicity and naturalness يتصف سلوكهم بالبساطة والتلقائية والطبيعية دون أى تصنع منهم Artificiality ، غير أن سلوكهم لا يحتوى على ما هو مناهض للتقاليد السائدة Unconventional ، بيد أن حياتهم الداخلية وهذه اللاتقليدية الكامنة فى داخلهم ليست موجهة ضد أحد ، ولا يبتغون بها مضايقة الآخرين ، لأنها نقطة البدء فى تقديم الجديد والمغاير لما هو مألوف ، ولهذا فهم يتحملون المشاركة فى المعاهد التعليمية التى يرون فى مناهجها أنها سخيفة ومتكررة وموهنة للعقل Mind debilitating . وباختصار هم

لا يترددون فى الدفاع عن القواعد الاجتماعية ، عندما يكون ذلك ضرورياً .

٤- **مركزية المشكلة** Problem Centered : وجد ماسلو المحققين لذواتهم بغير استثناء يرتبطون بالواجب نحو المجتمع أو المهنة التى تكون محبوبة كشىء مهم فى حياتهم ، فهم لا يتمركزون حول ذواتهم Ego - centered ، بل يتجاوزون ذواتهم ويتجهون صوب مشكلات تكمن وراء احتياجاتهم ومشكلاتهم الحالية ، وبهذا الشعور «يعيشون من أجل العمل أكثر بكثيرمن العمل من أجل العيش ، فالعمل يجعلهم يحملون خصائص ترتبط بهم . ويصور ماسلو الملتزمين بتحقيق ذواتهم أن استغراقهم فى العمل يظهر كما لو كان علاقة حب ، يبدو فيها أن كلاً من الوظيفة والفرد ينتميان لبعضهما ... فهما يتناسبان معاً ويرتبطان معاً كالقفل ومفتاحه .

ويهتم المحققون لذواتهم بالموضوعات الفلسفية والأخلاقية ، فهم يعيشون ويعملون من خلال إطار مرجعى يتجاوز حاجاتهم الشخصية «كرسالة» أو مهمة ، فهم يهتمون بالآخرين ، ولذا يستطيعون التفرقة بين ما هو تافه وما هو مجد ، بين ما هو مهم وما هو غير مهم لعالمنا .

٥- **الانفصال والحاجة إلى العزلة** Detachment : need to privacy : هؤلاء يصفهم ماسلو بأنهم يعشقون الخصوصية والعزلة ، فليس بينهم وبين الآخرين علاقة ، فهم بعيدون عن الناس يستمتعون برؤية علاقات الصداقة من حولهم .

ويصور ذلك ماسلو بقوله حينما أكون وحيداً مع نفسى أكون مع أفضل صديق .

٦- **الاستقلال الذاتى عن الثقافة والبيئة** : Autonomy : Indepence of culture and environment يتمتع محققو ذواتهم بحرية التصرف باستقلال عن بيئتهم الطبيعية والاجتماعية ، فهم يتمتعون بإمكانات كامنة ، ومصادر قد لا تنضب للنمو والتطور ، فلديهم القدرة على ضبط الذات والتحكم فيها ، وقدرة على توجيه الذات Self - direction ، يتحملون المسئولية ولديهم القدرة على ضبط الذات Self - disciplined وتحديد المصير ، وكل هذا يجعلهم يشعرون بالاستقلال عن ضغوط الثقافة والبيئة.

٧- **التجديد المستمر فى تقدير الأشياء :** Continued Freshness of Appreciation يرى ماسلو أن الذين يحققون ذواتهم لديهم القدرة على تقييم الأحداث العادية جداً فى حياتهم بشعور من التجدد والخشية والمتعة التى تبلغ إلى حد النشوة ، ويضفون على كل شىء روح التجديد ، فخبراتهم الذاتية ثرية فى محتواها ، وعملهم اليومى مصدر متعة وشوق لا ينقطع .

فعلى سبيل المثال رؤية قوس قزح Rainbow مرة ، كمئة مرة تحمل فى طياتها الحب والسحر والتجديد كما لو كنا نراه لأول مرة ، وجولة داخل الغابات لا تنقطع أبداً حتى تتحول إلى خبرة ممتلئة متعة ، ومشاهدة طفل وهو يلعب ترفع الروح المعنوية .

٨- **الخبرات الغامضة أو بالغة الذروة** Peak of mystic experience طبقاً لدراسات ماسلو عن تحقيق الذات المستمرة ، تبين له أن هؤلاء الأفراد يأتون باكتشافات غير متوقعة ، وأن كثيرين منهم يجمعهم قاسماً مشتركاً يسميه ماسلو الخبرات البالغة الذروة Peak experiences ، فهم يعيشون لحظات من الإثارة الشديدة والتوتر العالى يعقبها هدوء واسترخاء وسكينة Peacefulness وسعادة غامرة Blissfulness وسكون ، يقدمون أكثر اللحظات فتنة ودهشة فى الحياة وتفجر الإبداع والاستبصار العالى ، والاكتشاف المبدع والالتحام الذى يبلغ حد الانصهار Fusion مع الطبيعة ، هؤلاء الناس يستطيعون أن يتوهجوا Turn on دون مثيرات أو منبهات صناعية ومجرد وجودهم فى الحياة يجعلهم متوهجين بالمعرفة وتقديم الجديد .

وطبقاً لتصورات ماسلو فإن تلك الخبرات الذروية ليست صوفية Theological أو خارقة للطبيعة Supernatural ، بيد أنهم متدينون Religious فى جوهرهم .

لقد اكتشف ماسلو أن بالغى الذروة Peakers يشعرون بتناغم أشد مع العالم ، ويتجاوزن وعيهم الذاتى ويشعرون بقوة أكثر من غيرهم .

٩- **الاهتمام الاجتماعى :** Social interest لديهم اهتمام بما يعانى منه الجنس البشرى من نقائص وشرور ، ويدعون إلى الأخوة والمحبة والتسامح بين الناس .

١٠- **العلاقات البينشخصية العميقة** Profound interpersonal relations يميل محققو الذات إلى تكوين علاقات شخصية أكثر عمقاً مع الآخرين

من علاقات الأفراد العاديين ، ولا سيما لدى أصحاب المواهب والقدرات والإمكانات ، ثم إنهم يتسمون بقدرة على التعاطف مع الآخرين .

١١- بنية الصفات الديمقراطية Democratic character structure يصفهم ماسلو بأنهم ديمقراطيون ، متحررون من التعصب ويحترمون وجهات نظر الآخرين رغم التباين فى الطبقة ، والعرق والدين والجنس والعمر ، إضافة إلى ذلك فهم يتعلمون من أى شخص دون تعال أو نزعة تسلطية.

١٢- التمييز بين الوسائل والغايات : Discrimination between means and ends يتصفون بأنهم يميزون بين الوسائل والغايات ، بين الوسائل التى تستخدم لتحقيق الغايات ، بيد أنهم فى كثيرمن الأحيان يستمتعون بالوسائل السلوكية التى تقود إلى أهداف بعينها وقد يستخدمون بعض الوسائل لذاتها دون السعى إلى تحقيق أهداف من ورائها .

١٣- الحس الفلسفى للدعابة : Philosophical sense of humor يتمتع محققو الذات بقدرة على إطلاق الدعابة والنكات ، بيد أن الدعابة لديهم تثير مشكلة أو توصل إلى شيء أو هدف خلف هذه الدعابة أو تعالج مغزى رمزياً أو أخلاقياً أو أسطورياً .

١٤- الإبداع Creativity لقد اكتشف ماسلو أن محققى الذات مبدعون دون استثناء بما تحمله الكلمة من معنى ، وبين أن الإبداع يختلف عن العبقرية أو الموهبة الخارقة التى تظهر فى الشعر أو الموسيقى أو العلم ، واعتبر أن الإبداع صميم وجود الإنسان ، وأنه يظهر كسلوك مبدع فى أسلوب الحياة.

١٥- مقاومة الضغط الثقافى Resistance to enclturation : محققو الذات فى انسجام وتناغم مع ثقافتهم ، بيد أن استقلالهم الجوهرى واعتمادهم على الذات يجعلهم أحراراً فى مقاومة الضغوط الثقافية والاجتماعية .

إن مقاومة الضغط الثقافى Enculturation لا تعنى بالنسبة لهم أنهم ضد التقاليد أو مناهضين لما هو اجتماعى فى السلوك ، فهم يبقون على حدود المسايرة Conformity اعتباراً من اختيار الملابس والطعام وطريق الكلام وطريق التعامل مع الأشياء ، وهم لا يستهلكون الطاقة فى محاربة الطقوس الاجتماعية التافهة أو نظم المجتمع ، وعلى الجانب الآخر ، يصبحون مضادين لثقافة المجتمع حينما يتعلق الأمر بقضايا

أساسية .. إنهم يؤمنون بأن التغير الاجتماعى من الممكن أن يمضى بطيئاً ومجهداً ، بيد أنهم يرون أن أحسن إنجاز هو الذى يتحقق من خلال نسق ونظام.

تلك بعض جوانب من تصورات ماسلو عن تحقيق الذات ، الذى يعتبر مجلى الوجود الإنسانى وجوهر فطرته ، فالإنسان ينطوى على حاجات فطرية المنشأ ، غريزية التكوين . والقول بفطرية هذه الحاجات بما تنطوى عليه من نزوع نحو المستقبل تحقيقاً للقدرة الخبيئة والإمكانية ، وتوكيداً للذات ، يعنى أن هذه الحاجات مكونات أصيلة للإنسان بما هو إنسان ، تدفعه دفعاً إلى تحقيق الكلية والكمال وتنمية جوانب الشخصية على نحو مبدع وخلاق ومتوازن .

المنحى المعرفى - السلوكى
Cognitive - Behavioral Approach

يركز المنحى المعرفى – السلوكى فى الإرشاد والعلاج النفسى على دور الأفكار والمعتقدات والمعلومات والتصورات والإدراكات والتفسيرات فى انفعالاتنا وسلوكنا ، فالمعارف والأفكار المتعلقة بالذات والآخرين والعالم توجه الانفعالات والسلوك ؛ وبالتالى .. فإن الاضطرابات النفسية مثل الاكتئاب والقلق تعزى فى جوهرها إلى أفكار خطأ أو معارف مشوهة أو إدراكات محرفة أو غير صحيحة عن الذات والآخرين والعالم والمستقبل .

ويبرز فى هذا المنحى توجهان نظريان أساسيان هما : الإرشاد / العلاج العقلانى / الانفعالى Rational-emotive counseling/therapy لـ «ألبرت إليس» (Ellis, 1977) ، والعلاج المعرفى Cognitive therapy لـ «أرون بيك» (Beck, 1976) ، وسوف نقصر عرضنا للإرشاد العقانى – الانفعالى لأهميته التطبيقية فى الإرشاد المدرسى .

الإرشاد العقلانى – الانفعالى Rational - Emotive counseling :

نظام متميز بين النظريات المعاصرة فى الإرشاد والعلاج النفسى ، أسسه فى الأصل العالم الأمريكى «ألبرت إيليس» Ellis فى الخمسينيات من القرن الماضى ؛ واستمر فى تطوير هذه المدرسة الإرشادية / العلاجية وهو ومريدون حتى أخذ هذا التطور منحى الإرشاد / العلاج المعرفى – السلوكى .

لقد بدأ «إيليس» إعداده الأكاديمى والمهنى على أساس التدريب على التحليل النفسى ، ولكنه بدأ يشك فى فعاليته وسرعان ما رفض هذا المنحى ، وبدأ يتخذ فى ممارساته المهنية فى الإرشاد والعلاج دورا أكثر فاعلية ، وحيث صار يدخل فيها طرقا مثل النصيحة والواجبات المنزلية والعلاج بالقراءة والمبادئ السلوكية والمواجهات المباشرة ، فقد صار يركز على تغيير سلوك المسترشدين بواسطة مواجهتهم بما يسميه المعتقدات اللاعقلانية ، وإقناعهم بأن يتبنوا عملية تفكيرية عقلانية، وفى عام ١٩٥٩ أنشأ «إيليس» «معهد الحياة العقلانية» (Institute of living) بمدينة نيويورك ، ثم «معهد العلاج العقلانى – الانفعالى» فى عام ١٩٦٨ بجامعة ولاية نيويورك . كما قدم «إيليس» كثيراً من البرامج التدريبية فى مجالات العلاج العقلانى – الانفعالى وتطبيقاته فى مجالات الحياة المختلفة .

لقد استند العلاج العقلانى – الانفعالى إلى فكر الفيلسوف الإغريقى «إبيكتيوس» عن أن مايجعل عقول الناس تضطرب ليس هو الأحداث ، وإنما بالأحرى الأفكار والمعارف ،و ترتكز استراتيجيات «إيليس» فى الإرشاد والعلاج إلى أن الإنسان قد يعمل ويتوجه فى حياته بطريقة عقلانية أو لا عقلانية ، وإلى أن التوجه العقلانى يؤدى إلى سلوك فعال وأسلوب حياة إيجابى ومنتج ، فى حين أن التوجه اللاعقلانى يفضى إلى التعاسة والشقاء وإلى أسلوب حياة غير بناء .

يتتبع «إيليس» نشأة نماذج التفكير العقلانى فى مقابل التفكير اللاعقلانى منذ الطفولة ، حيث يتعملها الأطفال من الوالدين ومن ثقافة الأسرة والمجتمع ، وبقدر ماتلقى تعزيزا من الوسط الذى يعيش فيه الطفل .

يؤكد منحى الإرشاد العقلانى – الانفعالى العلاقة الوثيقة المتبادلة بين التفكير والانفعال ، بحيث إنهما عادة مايعملان بشكل مصاحب ، ويتم ذلك بطريقة دائرية : فالتفكير يصير انفعالا ، والانفعالى يصير تفكيرا ، ويأخذ هذا التفكير والانفعال (think-ing & emoting) شكل التكلم الذاتى (self - talk) ؛ وهذا التكلم الذاتى (الذى يجمع فى وحدة بين التفكير والانعفال) يوجه سلوك الفرد إما إلى وجهة عقلانية أو وجهة غير عقلانية .

ومن الواضح أن منحى الإرشاد العقلانى – الانفعالى يؤكد المضمون السلوكى فى هذه المدرسة الإرشادية ، وهو ماصار يسمى أيضا بالإرشاد / العلاج العقلانى – الانفعالى – السلوكى (Rational - emotive behavior therapy / counseling) .

هكذا ، فإن المسلمة الأساسية التى يقوم عليها الإرشاد / العقلانى – الانفعالى – السلوكى هى أن كثيراً من المعاناة الانفعالية ، إن لم تكن كلها ، تعزى إلى الأساليب اللاتكيفية التى يدرك بها الأسخاص العالم من حولهم ويشكلونه فى أطر أو تراكيب معرفية غير ناضجة أو غير سليمة ، وإلى الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية التى تحكم نظرتهم إلى أنفسهم والآخرين والعالم والمستقبل ، ومن شأن هذه المعتقدات اللاعقلانية Irrational beliefs أن تؤدى إلى أفكار ومشاعر مخيبة للذات self-defeating تؤثر بشكل ضار على السلوك .

وعلى هذا الأساس تتحدد مهمة الإرشاد / العلاج العقلانى – الانفعالى – السلوكى فى الإجراءات الآتية :

١ – تحديد الأحداث أو المواقف أو الخبرات التى تقلق الشخص (المسترشد) أو تكون مصدر تأزمه أو ضيقه أو كدره .

٢ – مساعدة الشخص على اكتشاف الأساليب النوعية لتفكيره والمعتقدات الكامنة وراءها ، والتى تشكل الاستجابة الداخلية لهذه الأحداث ، وتؤدى إلى استثارة انفعالات سالبة .

٣ – مساعدة الشخص على تغيير هذه الأنماط التفكيرية أو أنماط المعتقدات، التى توجه انفعلاته وسلوكه .

تذهب نظرية «إيليس» هكذا إلى أن الاستثارة الانفعالية والسلوك اللاتكيفى يتأثران بتفسيرات الفرد للمواقف ، وحيث تعمل هذه التفسيرات كوسائط رمزية لهما ، ويقرر «إيليس» أنه يوجد كثير من المعتقدات اللاعقلانية Irrational beliefs أو التوقعات أو الافتراضات اللاعقلانية ، والتى بها ينزع الناس فى ثقافة هذا العصر إلى التعامل مع المواقف ، وبقدر ما تزداد المعتقدات اللاعقلانية لدى الفرد ، بقدر مايتوقع من تحريف ومن سوء فهم للمواقف ، مع مايتبع ذلك من استثارة انفعالية ومن سلوك لا تكيفى .

ويمكن تلخيص الإرشاد / العلاج العقلانى – الانفعالى – السلوكى فى النموذج الذى يسميه «إيليس» بنموذج [«أ – ب – ج – د – هـ» A-B-C-D-E] على النحو الآتى : يواجه الشخص (المسترشد) بخبرة تنشيطية (أ) تفجر معتقدات معينة (ب) ، أى سلسلة من الأفكار التى يجرى تصورها على أنها تقريرات ذاتية داخلية ، وبعض هذه المعتقدات يكون معتقدات لا عقلانية . والنواتج (ج) هى انفعالات سالبة ومايلازمها من سلوك ، ويقوم المرشد / المعالج بتفنيد المعتقدات اللاعقلانية (د) عن طريق مساعدة الشخص على أن يفحص بدقة مدى صدق أو عقلانية تلك التقريرات الذاتية ، وهنا يولى هذا الأسلوب الإرشادى / العلاجى أهمية كبيرة لتعلم التمييز بين التقريرات العقلانية والتقريرات اللاعقلانية ، ولذلك يتمخض الإرشاد / العلاج الناجح عن التخلص من الأفكار اللاعقلانية (هـ) مع مايتبعه من اختفاء للأعراض أو لمظاهر الاضطراب .



الفصل الثالث

الإرشـــاد النفسى عند علماء النفس

الإرشاد النفسى عند علماء النفس

أولاً : ألفريد أدلر
ADLER

مقدمـــة :

ثمة جانب مهم فى تاريخ علم النفس الدينامى Psychodynamic يكمن فى بزوغ عديد من النظريات النفسية ، التى ارتبطت إلى حد كبير بنظريات وتصورات وأفكار فرويد النفسية .

وقد ساعد هذا الارتباط على توسيع وتنقيح تصورات فرويد عن الشخصية ، وماتنطوى عليه من إمكانات ، وما يرتبط بالوعى واللاوعى والعصاب من معانٍ وأفكار وتصورات .

ولقد نجح فرويد فى جذب كثير من ذوى القدرات العقلية الرفيعة المستوى إلى تتبع خطواته ، واستلهام أفكار جديدة من تصوراته .

بعض هؤلاء التلاميذ ظل وفياً لأمانة التحليل النفسى ، ومن ثم انطلق إلى تهذيب وتحديث بعض المفاهيم الأساسية فى التحليل النفسى، والبعض الآخر اتجه اتجاهاً مغايراً ، حيث ابتدع أفكاراً مناهضة لتصورات فرويد .

ويعتبر أدلر Adler ويونج Jung من أكبر العلماء المنشقين عن فرويد ، حيث أقاما صروحهما الفكرية والتصورية والنفسية بمعزل عن فرويد ، وعلى الرغم من كونهما من الأعضاء الأوائل فى حركة التحليل النفسى Psychoanalytic movement ومن المدعمين الغيورين على أفكارها وتوجهاتها ، إلا أنهما رفضا وعارضا بشدة تركيز فرويد على أمرين أساسيين ، وهما :

الجنسية Sexuality والعدوانية Aggression

التى اعتبرهما فرويد جوهر حياة الإنسان ...

وقد استطاع الاثنان أدلر ويونج أن يقدما إسهامات جوهرية تعمق من فهمنا لطبيعة الإنسان .

فجوهر وجود الإنسان عند أدلر يكمن فى أن الإنسان لايستطيع أن ينفصل عن المجتمع ، فالمجتمع فى داخله ، ومكون من مكوناته ومن ثم كان تركيزه المستمر على الإنسان بما هو إنسان من حيث قدرته على :

١- تشكيل حياته وتقرير مصيره .

٢- التغلب على دوافعه البدائية والتحكم فى بيئته والنضال من أجل حياة أكثر امتلاء وأعمق خصوبة .

٣- تطوير نفسه وتطوير العالم المحيط بهم من خلال فهم الذات Self-understanding .

أما يونج فقد رفض الأهمية التى أعطاها فرويد للدوافع الجنسية عماعداها من دوافع ، وعنده أن الناس يتأثرون بتطلعاتهم المستقبلية ، بقدر تأثرهم بخبراتهم الماضية، وأن القوى المضادة فى الشخصية يجب أن تتكامل فى كل متماسك Coher-ent whole من أجل صحة نفسية أفضل للإنسان .

سيرة حياة :

ولد أدلر فى ٧ فبراير ١٨٧٠ فى ڤيينا ، وهو الابن الثالث بين ستة أطفال لتاجر يهودى ينتمى إلى الطبقة المتوسطة ، شأنه فى ذلك شأن فرويد ، وقد اعتنق أدلر البروتستانتية فى صدر شبابه .

وقد وصف أدلر طفولته بأنها كانت قلقة وغير سعيدة ، وأنه قد استمتع بعلاقة دافئة مملوءة بالحب والدفء مع أمه فى أول عامين من حياته ، بيد أنه قد فقد هذا الوضع عندما ولد أخاه الأصغر ، حينئذ اكتسب تفضيل والده واهتمامه خلال مرحلة الطفولة .

وكان الموت والمرض صاحبين ملازمين لأدلر خلال سنوات عمره الأولى ، فعندما بلغ الثالثة من عمره مات أخوه الأصغر ، الذى كان راقدا فى سرير بجواره ، بالإضافة إلى ذلك فقد نجا بأعجوبة من القتل فى حوادث جرت فى الشوارع ، وفى الخامسة أصيب بالتهاب رئوى حاد كاد أن يودى بحياته ، ولذا فقد وجه اهتمامه إلى التخصص فى الأمراض الصدرية فيما بعد .

كان مستوى أدلر الدراسى متوسطاً فى سنوات عمره الأولى ، أما فى المرحلة الثانوية ، فكان ضعيفاً جداً فى مادة الرياضيات ، وقد تكرر رسوبه فى الرياضيات لدرجة دفعت مدرس الفصل إلى أن ينصح والده بإخراجه من المدرسة وتقديمه لصانع أحذية Shoemaker ليتدرب على يديه ، لأنه لايصلح لشيء آخر .

وكانت هذه نقطة فاصلة فى حياته ، حفزت طاقاته وفجرت إمكاناته، وبتشجيع من والده ، وبإصرار منه ، أصبح الأول بغير منازع فى مادة الرياضيات طوال حياته الدراسية .

وفى الثامنة عشر من عمره التحق أدلر بجامعة ڤيينا ، التى كانت واحدة من أكبر المراكز الطبية الرائدة فى أوروبا آنذاك ، وكانت ڤيينا مدينة تمتلئ بالمسارح الدرامية ، وصالات الموسيقى ومنتديات الفلاسفة الاجتماعيين والسياسيين ، مما أكسب المدينة المتوهجة بالعلم والفن والأدب والموسيقى والدراما لقب ڤيينا الحمراء Red Vienna .

وقد انخرط أدلر فى المنتديات السياسية والاجتماعية ، وفى إحدى هذه اللقاءات تعرف على زوجته رشيا ايبشتين Raissa Epstien وهى طالبة روسية التحقت بالجامعة نفسها.

وتزوجها فى عام ١٨٩٧ ، وقد حصل على درجته العلمية فى الطب ١٨٩٥ ، وتخصص فى أمراض العيون ophthalmology (eye diseases) ، وبعد فترة من التدريب فى الطب أصبح طبيباً نفسياً Psychiatrist .

وفى الفترة من ١٩٠٢ - ١٩١١ كان أدلر عضواً فعالاً فى الدائرة القريبة جداً من «فرويد» ، بيد أنه بعد وقت قصير بدأ يكتشف ويطور أفكاراً تتناقض وأفكار نظرية فرويد ونظريته فى التحليل النفسى ، ومع مرور الوقت اتسعت الفجوة العلمية بينهما ، على نحو لا التقاء فيه ولا مصالحة ، ومن ثم استقال كرئيس لجمعية ڤيينا للتحليل النفسى Vienna Psychoanalytic Society ، وشكل جمعيته المعروفة باسم التحليل النفسى الحر Society for free Psychoanalysis وكانت شديدة الإزعاج لفرويد وتلاميذه الأوفياء .

وفى العام التالى ١٩١٢ تغير اسم الجمعية ليكون علم النفس الفردى Individual Psychology .

ومن منتصف العشرينيات وما بعدها ، كرس أدلر كل جهوده فى إلقاء

المحاضرات فى دول أوربا والولايات المتحدة .

وانتقل للحياة فى الولايات المتحدة الأمريكية ، ومات فى إحدى زياراته العلمية لمدينة ابردبين Aberdeen بسكوتلانده فى ٢٨ مايو ١٩٣٧ .

وعندما علم فرويد بخبر وفاته ، كتب إلى صديق له ، كان قد أوضح تأثر تأثرا شديدا بموت أدلر قائلاً «أنا لا أفهم حقاً معنى تعاطفك هذا مع أدلر ، ذلك الصبى اليهودى الذى خرج من ضواحى فيينا ليموت فى ابردبين ، والذى لم تعرف له وظيفة خاصة يمكن البرهنة عليها . لقد كافأه العالم من أجل خدماته التى تناقض التحليل النفسى» . (Jones, p. 208 ١٩٥٧) .

وقد ترك أدلر ما يزيد عن ٣٠٠ دراسة وكتاب ، ولعل من أهم كتبه «التطبيق ونظرية علم النفس الفردى» The Practice and Theory of Individual Psychol-ogy عام ١٩٢٧ ؛ البنية العصابية The Neurotic Constitution ؛ (١٩١٧) ، «دراسة فى العجز العضوى وتعويضه النفسى» Study of Organ Inferiority and Its Psychological Compensation ، محاولة «فهم طبيعة الإنسان» Under-standing Human Nature ، «علم الحياة» Science of living (١٩٢٩) ، «أنماط الحياة» The Pattern of life ، ماذا تعنى الحياة بالنسبة لك (١٩٢١) What life Should Mean to you ، والاهتمام الاجتماعى Social Interest :، وتحدى البشرية Challenge to Mankind .

وقد أثرت كتابات أدلر فى التطورات الحديثة لعلم النفس الكلينيكى وعلم نفس الشخصية ولا سيما تركيزه على الجانب الاجتماعى ، باعتباره معياراً أساسياً فى الصحة النفسية ، على نحو ألهم المعالجين النفسيين صوب تأسيس توجهات قيمة فى العلاج النفسى وبزوغ علم نفس الأنا Ego Psychology (Ansbacher,١٩٧٧) .

واهتمام أدلر بالقوى الاجتماعية فى نمو الشخصية تم تأكيده فى كتابات أيريك فروم Fromm ، وكارن هورنى Horney وهارى سوليفان Sullivan ، الذين رأوا أن أفكار فرويد تفتقر إلى البعد الاجتماعى ، بالإضافة إلى ذلك فإن اهتمام أدلر بالجوانب الإرادية Volitional والإبداعية قد أثر تأثيراً مباشراً وغير مباشر فى كتابات جوردن البورت Allport ، إبراهام ماسلو Maslow ورولوماى May وفيكتور فرانكل Frankl وإيليس Ellis .

وفى هذا الجزء سوف نناقش بعضًا من مفاهيم أدلر التى يتحدد بعضها فى حاجة الإنسان إلى : نظرية جديدة فى الإنسان : تتناول الإحساس بالنقص ، الكفاح

من أجل السمو ؛ العجز العضوى والاضطرابات النفسجسمية psychosomatics عقدة النقص inferiority complex ، دور الإهمال فى نمو الشخصية المناهضة للمجتمع antisocial الجدارة أو الكفاية competency كعلامة على النضج ، تقدير الذات والإحساس بالقوة ، مفهوم نمط الحياة والتوافق ، تحقيق الذات وخدمة الآخرين ، الصحة النفسية والإبداع وغيرها من المفاهيم الأدليرية .

التصورات الأساسية لعلم النفسى الفردى :

Bisic Tenets of individual psychology

غالباً ما يوصف أدلر بأنه تلميذ فرويد الذى تمرد على أستاذه واستطاع أن يطور أفكاره الخاصة ، مؤلفاً منها تصوراته ، عن علم النفس الفردى ، بيد أن الفحص الدقيق لأفكاره يؤكد أنه «كان زميلاً لفرويد ولم يكن مجرد تلميذ له» ، وأن بذور نظريات أدلر التالية هى فى الحقيقة كانت ظاهرة فى الكتابات التى ظهرت فى فترة سابقة من مصاحبته وارتباطه بفرويد (١٩٧٠) "Ellenberger" .

وهذا يعنى أن أدلر كانت له أفكاره وتصوراته حتى قبل أن يرتبط بفرويد ، ودليل ذلك كما يقول أورجلير Orgler (١٩٧٢) . إن أدلر لم يدرس إطلاقاً على يد فرويد ، ولم يخضع لعملية التحليل النفسى ، كما طلب منه ليصبح محللاً نفسياً Psy-choanalyst ممارساً .

فثمة تقليد كان شائعاً فى التحليل النفسى ، وهو خضوع من يمارس التحليل النفسى للتحليل النفسى ، لكى يفهم نفسه ، ويكتشف أعماقه حتى يتجنب الإسقاط على حالاته المرضية .

ولسوء الحظ ، فإن فرويد وأدلر لم يتصالحا بعدما حدث عام ١٩١١ وظل فرويد شاعراً بالعداء والمرارة تجاه أدلر بقية حياته حسبما يؤكد (Ziegler, Hjelle, 1992) .

وتتحدد تصورات أدلر الأساسية فى :

١- الفرد باعتباره كينونة موحَّدة ومتسقة ذاتياً

The individual as Unified and self - Consistent Entity

إن فكرة الإنسان كينونة موحدة ومتسقة ذاتياً تشكل الافتراض الأول فى مفهوم أدلر لعلم النفس الفردى كما يؤكد هو نفسه (١٩٧٢) .

وفى الحقيقة عندما أطلق أدلر على نظريته علم النفس الفردى Individual Psychology ، كان ذلك راجعاً إلى أن مصطلح Individual يعنى فى أصله

اللاتينى Indivisible ، ومعناه الكل الذى لا يتجزأ ، ومن ثم لا يمكن النظر إلى الإنسان على نحو جزئى ومنعزل ، بل يجب النظر إليه فى ضوء علاقته بالشخصية ككل .

فالإنسان وحدة Unity غير قابلة للتقسيم ، ولا سيما من حيث علاقة العقل والجسم mind-body بكافة الأنشطة المختلفة والوظائف المتعددة للعقل .

لقد آمن أدلر أن التحدى الأول الذى يواجه علم نفس الفرد هو كيفية إثبات أن لدى كل فرد تفرداً فى : التفكير ، والشعور ، والفعل ، أو ما يسمى بالوعى واللاوعى وفى كل تعبير من تعبيرات الشخصية .

وقد وصف أدلر هذا التركيب الموحد والمتسق للشخصية بأنه أسلوب الفرد فى الحياة style of life ، وهذا التركيب الموحد للشخصية هو الذى يقيم الرؤية الكلية للشخصية الإنسانية بحسبانها كينونة كلية لاتعرف القسمة أو التجزئة .

٢- حياة الإنسان كنضال ديناميكى لبلوغ الكمال :

Human life as a dynamic striving for perfection

إن النظر للوجود الإنسانى كوحدة عضوية Organic unity يتطلب مبدأ موحداً فى علم النفس الدينامى . فقد استنتج أدلر من الحياة نفسها أنها لا يمكن أن تدرك دون حركة مستمرة ، حركة فى اتجاه النمو والتوسع expansion ، ولذلك لا يمكن أن يعتبر الفرد كياناً متسقاً وموحداً إلا بنزوعه المستمر وحركته الفعالة نحو أهداف محددة .

ويؤكد أدلر أن الإنسان كائن يناضل من أجل الكمال وأن الناس صنفان : صنف يناضل من أجل التفوق والعلو ، وصنف يستسلم مستكينا ومتقهقراً إلى الوراء ، الصنف الأول لا يندفع فقط من الخلف بل يندفع وهو معبئ بالظروف الداخلية والخارجية ، إنهم ينطلقون بقوة إلى الأمام ، إنهم يندفعون دائماً لإضفاء القيمة والهدف والدلالة لحياتهم .

إن الأهداف التى يتخيلها مثل هؤلاء الناس والطرق الفريدة unique فى نوعها التى يكافح بها الناس لبلوغ هذه الأهداف ، تعطينا مفتاح فهم المعنى meaning الذى يضفيه هؤلاء الناس لحياتهم ، وهذه الأهداف – كما يؤكد أدلر – يتم اختبارها من خلال الفرد نفسه .

وفى تصور أدلر فإن أهداف الحياة يتم انتقاؤها ذاتياً Self - selected ويفترض أدلر أن الإنسان قادر على تحديد أفعاله الخاصة وتقرير مصيره فى سعيه المتواصل صوب بلوغ الكمال ، وأن تحقيق هذه الأهداف لا يبلغ بالفرد نحو تقدير الذات - self

esteem فحسب بل بوضع نفسه فى مواقع متميزة فى العالم .

٣- الفرد كمبدع ومحدد لوجوده الذاتى :

The individual as a creative and self - determined entity

على الرغم من الأهمية القصوى لعوامل البيئة والوراثة فى تشكيل شخصية الفرد ، فإن أدلر (١٩٦٤) أكد وبإصرار أن الفرد ليس نتاجاً خالصاً لهاتين القوتين (البيئة والوراثة) بل ينطوى على قوة مبدعة creative power هى التى تصوغ وتتحكم فى مسارات حياة الفرد وتجعله مسئولاً عن حريته وعن أنشطته الواعية ، وأن هذه القوة المبدعة تؤثر بعمق على الأوجه الخاصة بوجود الإنسان : الإدراك ، والذاكرة ، الخيال imagination والتخيُّل fantasy والأحلام .. إنها تجعل من كل شخص فرداً قادراًعلى تحديد مصيره ومخططاً لحياته ومعبراً عن ذاته بحرية ، وإن هذا الإيمان بحرية الإنسان وقدرته على الإبداع وتقرير المصير قد جعل من أدلر رائداً من رواد علم النفس الإنسانى كما يؤكد الكثرة من علماء النفس .

٤- الرسوخ الاجتماعى للفرد :

The Social embeddedness of the individual

يقول أدلر (١٩٥٦) إن علم النفس الفردى ينظر إلى الفرد باعتباره موجوداً اجتماعياً راسخاً socially embedded ، ولذا فنحن نرفض اعتبار الفرد موجودا منعزلاً. (ص ٢)

وهذا يعنى أن السلوك الفردى هو سلوك اجتماعى يحدث من خلال نسق اجتماعى social context ، وأن جوهر assence طبيعة الإنسان لا يمكن فهمه إلا من خلال العلاقات الاجتماعية ؛ ويرى أن كل فرد له القدرة على الشعور الاجتماعى أو الاهتمام الاجتماعى Social interest ، فهو ينطوى على قدرة فطرية innate للارتباط بالعلاقات الاجتماعية المشتركة المتبادلة ، ولذلك فإن علم نفس الفرد يفترض وجود توافق متناغم harmony بين الفرد والمجتمع ، مصحوباً بالصراع الذى يعتبره شرطاً غير طبيعى unnatural للإنسان .

ولهذا فإن تأكيد أدلر المحددات الاجتماعية للسلوك يمثل مفهوماً مركزياً فى تصوراته التى أكسبته شهرة واسعة النطاق ، باعتباره أول عالم نفس اجتماعى فى التاريخ الحديث لعلم الشخصية .

٥- ذاتية الفرد : Individual subjectivity

يرى أدلر أن السلوك يستند إلى آراء الناس فى أنفسهم ، فى البيئات التى يعيشون فى كنفها ، فكل فرد يعيش فى عالم من صنعه ، عالم يصوغه وفقاً لمخططات إدراكاته المعرفية schema of apperception ولهذا فإن الناس يندفعون بأهداف خيالية fictional goals نابعة من اعتقادتهم الخاصة عن أحداث الحاضر والمستقبل ، تلك التى تنظم سلوكهم ، فمثلاً كما يقول أدلر قد يعيش الفرد تحت شعار «الأمانة هى أفضل سياسة» أو أن «كل إنسان يسعى لمصلحته» أو يعيش مؤمناً بعالم ما بعد الحياة ، حيث يثاب الصالحون ويعاقب الأشرار ، فالشخص هو سلوكه الذى يصدر عن معتقداته الخاصة ، سواء أكانت موضوعية حقاً objectively أم مسرفة فى الذاتية، فإن « التأثير نفسه سيقع على سواء اقتربت أفعى سامة poisonous snake أم كنت أعتقد بأنها أفعى سامة (Ansbacher, p. 58) وفى تصور أدلر فإن السلوك هو انعكاس واضح لإدراك الفرد الذاتى للحقيقة (*) .

وفيما يلى عرض للمفاهيم النظرية الرئيسية التى قامت على التصورات الأساسية لعلم النفس الفردى .

علم النفس الفردى : مفاهيمه ومبادئه الأساسية

Individual psychology: basic concepts and principles

يرى أدلر (١٩٦٤) أن الهدف الأساسى من نظرية الشخصية هو أن تكون بمثابة مرشد guideفعال للمعالجين النفسيين ، من أجل إحداث التغيير المطلوب فى الشخصية للوصول بها إلى السلامة والصحة النفسية ، وتحدد هذه الأسس التصورية لنظرية أدلر فى :

(١) مشاعر الدونية والتعويض ؛ الكفاح من أجل العلو ؛ نمط الحياة ؛ الاهتمام الاجتماعى ؛ الذاتية المبدعة ؛ ترتيب الميلاد ؛ النهاية الخيالية .

أولاً : مشاعر النقص ووسائل التعويض :

Inferiority feelings and compensation

فى مستهل حياته العلمية ، وهو ما يزال مرتبطاً بفرويد ، نشر أدلر دراسة بعنوان : «دراسةالدونية العضوية وتعويضها النفسى» Study of organ inferioity and its psychological compensation,

---

(*) لاحظ هنا مدى تأثر علماء النفس المعرفيين بأفكار أدلر .

وفى هذه الدراسة كشف أدلر عن الأسباب التى تجعل شخصاً ما دون غيره من الشخوص يصاب بمرض ما دون غيره ، ولماذا يصيب هذا المرض منطقة معينة من الجسم دون غيرها .

يفترض أدلر أن فى كل فرد أعضاء معينة فى الجسم أضعف من غيرها ، الأمر الذى يجعل الشخص أكثر عرضة للإصابة بالمرض أو الأمراض التى تصيب هذه الأعضاء على وجه التحديد .

ويذهب أدلر فى نظريته هذه إلى أن كل شخص قد يكون مستهدفا للإصابة بالمرض فى تلك المنطقة من الجسم التى كانت أقل نمواً من غيرها ، والتى تعمل بنجاح أقل ، والتى بوجه عام تعتبر أدنى inferior منذ الميلاد . ويضرب على ذلك أمثلة ، ببعض الناس الذين يولدون وهم مستهدفون لإصابة الرئتين ، فغالباً ما يعانون من الالتهاب الشعبى bronchitis أو إصابات الجهاز التنفسى .

وقد أكد أدلر أن الأشخاص الذى يعانون من حالات ضعف عضوية حادة أو عيوب عضوية يحاولون فى الغالب تعويض هذه العيوب الخلقية من خلال التدريب وممارسة الألعاب الرياضية ، والتى تؤدى فى أغلب الأحوال إلى تطور قوة الفرد واكتساب أعظم المهارات . يقول أدلر (١٩٣١) : فى معظم الأشخاص البارزين والمرموقين تقريباً نجد أن لديهم بعض العيوب الخلقية أو العضوية ، ويتجمع لدينا الانطباع بأنهم صادفوا صعوبات وتحديات فى بداية حياتهم ، وكافحوا وتغلبوا على صعوباتهم . (ص ٢٤٨)

يحدثنا التاريخ والأدب عن عديد من الأمثلة للإنجازات الاستثنائية التى يمكن أن تعزى إلى الجهود التى بذلت من أجل التغلب على العيوب العضوية ، ومن أبرز هذه الأمثلة ديموسنيز Demotheness ، والذى كان يعانى من التهتهة Stutterer فى النطق ، ولكنه أصبح واحداً من أصبح الخطباء orators بلاغة فى العالم ، وهناك أيضاً فلما رودولف التى – على الرغم من إعاقتها الجسمانية منذ طفولتها – إلا أنها استطاعت الفوز بثلاث ميداليات ذهبية فى الدورات الأولمبية . ولدينا من أبرز الأمثلة أيضاً تيودور روزفلت Roosevelt ، فرغم بنيانه الجسمانى الضعيف فى طفولته ، إلا أنه ضرب المثل فى اللياقة البدنية بعد ذلك ، وصار أيضا رئيساً للولايات المتحدة . وهكذا يمكن القول أن الدونية العضوية ، يمكن أن تؤدى إلى تحقيق أعظم الإنجازات فى حياة الفرد ، ويمكن أن تؤدى أيضاً إلى المشاعر العارمة بالدونية إذا أخفقت محاولات الإنسان فى تعويض هذا الشعور بالنقص .

ولم يكن هناك شيء جديد بالطبع في الفكرة القائلة بأن الكائن الحي يحاول إصلاح جوانب الضعف لديه ، فالأطباء قد كانوا على دراية منذ زمن طويل بأنه ، على سبيل المثال ، حيث توجد كلية واحدة تعمل أوتؤدى وظائفها بفتور فإن الكلية الأخرى ستصبح أكثر تطوراً لتؤدى عمل الكليتين معاً . بيد أن أدلر اقترح أن هذه العملية التعويضية تحدث أيضا في المجال السيكولوجي ، بمعنى أن الناس غالباً ما يناضلون من أجل ليس فقط تعويض العيوب العضوية لديهم وإنما أيضا من أجل تعويض مشاعر الدونية الذاتية ، وهي تلك المشاعر التي تنشأ من حالات عجز اجتماعية أو سيكولوجية يعاني منها هؤلاء الأشخاص .

عقد الدونية ومصادر نشأتها :

Inferiority complexes and their origins

اعتقد أدلر بالفرض القائل بأن مشاعر الدونية تبدأ في الطفولة ، واعتقد بشكل محدد أن التجارب الإنسانية في مرحلة الطفولة تجعل الفرد يمر بفترة طويلة وممتدة من الاعتماد على الآخرين من أجل البقاء . والواقع أن هذه التجارب تؤدى إلى أن ينمي الطفل مشاعر الدونية بالمقارنة إلى الأشخاص الأكثر خبرة والأقوى في محيط الأسرة. وعلاوة على ذلك ، فإن هذه المشاعر الدونية المبكرة تعد بداية كفاح طويل لتحقيق التفوق على البيئة وكذلك تحقيق الكمال والاكتمال ، وقد أكد أدلر أن النضال من أجل التفوق هو القوة الدافعة الرئيسية في الحياة .

وهكذا فإن أي شيء يفعله الناس هدفه في النهاية التغلب على مشاعرهم بالدونية ، مهما كان أسبابها ، فإنها يمكن أن تصل إلى حد الإفراط لدى بعض الأشخاص ، مركبات النقص ، والتي تعني ذلك الشعور المبالغ فيه بالضعف وعدم الكفاية . وقد حدد أدلر ثلاث إعاقات في مرحلة الطفولة، يمكن أن تساهم في وجود مركبات النقص ، وهي : النقص العضوى inferior organs ، المبالغة في التدليل over indulegence ، والإهمال neglect .

وعلى هذا فإن الأطفال المولودين ولديهم عيوب خلقية قد تنمو لديهم مشاعر الدونية . والأطفال المدللون إلى حد كبير ، ينمون وهم يفتقرون إلى الثقة في قدراتهم لأن الآخرين قد دأبوا على أن يفعلوا لهم كل شيء ، ومن ثم يعاني هؤلاء الأطفال من مشاعر متأصلة بالدونية ؛ لأنهم يعتقدون أن من المستحيل أن يتمكنوا من حل صعوبات الحياة اعتماداً على أنفسهم . وأخيراً ، فإن الإهمال من قبل الوالدين يمكن أن يسبب عقدة الدونية أو مركب النقص لأن الأطفال المهملين يشعرون أساساً بأنهم غير

مرغوبين . ومن ثم يعيشون حياتهم وهم يفتقرون إلى الثقة فى قدرتهم على أن يكونوا ذوى فائدة وأن ينالوا التقدير من الآخرين . وهذه الإعاقات الثلاث فى مرحلة الطفولة يمكن أن تلعب دوراً مهماً فى ظهور الأعصبة النفسية فى مرحلة البلوغ .

ومع ذلك فإن الشخص ، وبغض النظر عن الظروف التى تسبب مشاعر الدونية ، قد يستجيب لذلك بمحاولة التعويض الزائد over compensation ، وهذا ينمى ما أطلق عليه أدلر عقدة التفوق superiority complex ، ويعنى هذا الميل إلى المغالاة فى تنمية المهارات الجسمية والفكرية والاجتماعية لدى الشخص .

ويضرب أمثلة على ذلك بقوله «يعتقد هذا الشخص ، إن كان أنثى ، أنها أكثر أناقة من الأخريات وكأنها لا تشعر أنه يجب عليها إظهار ذكائها بسرد ما تعرفه عن نجوم السينما فى كل مناسبة لكل شخص سيستمع إليها ، وربما يهمل هذا الشخص كل شىء تقريباً لمجرد أن يثبت أنه يعرف عن نجوم السينما أكثر مما يعرفه أى شخص آخر . وفى أى من الأحوال ، فإن طريقة المبالغة فى التعويض عن هذا النقص هو فى الحقيقة مبالغة أو إفراط فى السعى بقوة للتغلب على المشاعر الدائمة بالدونية ، وتبعاً لذلك ، فإن الشخص الذى لديه عقدة التفوق يميل إلى التركيز على الذات centric والتفاخر بالذات وإلى الغطرسة والعجرفة والاستعلاء . وهو يترك الانطباع لدى الآخرين بأنه يستحوذ على القدر الأقل من التمركز الذاتى egocentric مع نفسه (أى أنه يبخس نفسه أو نفسها قدرها) ، وأنه ربما يستمد أهميته أو إحساسه بأهميته من خلال «التقليل من شأن الآخرين» putting down .. others .

الكفاح من أجل التفوق : striving for superiority

اعتقد أدلر أن مشاعر الدونية هى فى الحقيقة مصدر النضال من أجل تعظيم الذات self expansion والنمو growth والكفاءة competence ولكن ما الهدف النهائى الذى نناضل ونكافح من أجله والذى يمنح معيار التماسك والوحدة لحياتنا ؟ وهل نحن مدفوعون هنا ببساطة بالحاجة إلى التخلص من مشاعر الدونية لدينا ؟ أم هل يحركنا الدافع المتمثل فى السيطرة على الآخرين ؟ أو ربما أننا نسعى لمكانة بارزة ؟ وفى بحثه عن أجوبة عن هذه الأسئلة ، طرأ تغير ملحوظ على تفكير أدلر بمرور السنين ، ففى المراحل الأولى من تنظيراته الباكرة عن حياته ، اعتقد أدلر أن القوة الدينامية التى تحكم سلوك الإنسان تكمن فى محاولته وسعيه لأن يكون عدوانياً ، وفيما بعد تخلى عن فكرة «إرادة القوة» will to power .

وفى إطار هذا المفهوم فإن الضعف يعادل الأنوثة femininity والقوة تعادل

الرجولة masculinity . وفى تلك المرحلة اقترح أدلر فكرة «الاحتجاج الذكورى» ، وهو شكل من أشكال التعويض المبالغ فيه والذى يستخدمه الجنسان فى محاولة منهما لكبح مشاعر الدونية والعجز . بيد أن أدلر رفض فى النهاية مفهوم الاحتجاج الذكورى كتفسير لدوافع الأشخاص العاديين ، وبدلاً من ذلك طور فكرة أكثر عمومية والتى فى إطارها يسعى الناس جاهدين من أجل التفوق ، وهى حالة تختلف تماماً عن مركب النقص أو عقدة الدونية . هكذا برزت مراحل متميزة فى نظريات أدلر وآرائه حول الهدف النهائى للحياة الإنسانية ، ألا وهى : النزعة العدوانية ، والميل إلى القوة ، والسعى لتحقيق التفوق .

وفى سنواته الأخيرة ، انتهى أدلر إلى حقيقة مفادها أن السعى من أجل التفوق هو القانون الأساسى للحياة الإنسانية ، وهو ما أشار إليه أدلر فى الصفحة ١٠٤ فى عام (١٩٥٦) بقوله إنه «شىء دونه لا يمكن التفكير فى الحياة» ، ويشارك كل الناس فى هذا التوجه أو المنحى التصاعدى العظيم من أدنى إلى أسفل ومن النقص إلى الكمال ، ومن العجز إلى القدرة فى مواجهة مشكلات الحياة .

ومن الصعب إيضاح الأهمية التى كان يعزوها أدلر إلى هذه القوة وراء حياة الإنسان بوجه عام ، حيث كان يعتبر الكفاح من أجل بلوغ التفوق بمثابة الدافع الرئيسى master motive فى نظريته .

واعتقد أدلر أن الكفاح من أجل التفوق فطرياً فى الإنسان ، ودونه لا نكون أحراراً مطلقاً ، لأنه الحياة ذاتها، ومن ثم ينبغى تغذيته وتخصيبه فى نفوسنا إذا ما أردنا أن نحقق إمكاناتنا الإنسانية الكامنة potentialities .

فعند الميلاد يوجد هذا الدافع الخلاق ، النضال من أجل التفوق باعتباره إمكانة كامنة لم تتحقق بعد ، ويبقى هذا الدافع فى داخلنا كيما نحقق إمكاناتنا الداخلية بطرقنا الخاصة .

ورغم أن الهدف فى الحياة يكون غامضاً فى بداية مرحلة الطفولة ، إلا أنه يوفر لنا فى النهاية خطوطاً رئيسية تعد دافعاً لنا وتساعدنا فى تنظيم حياتنا وتوجيهها.

وقدم أدلر فى عام ١٩٦٤ ، أفكاراً إضافية عديدة عن طبيعة وعمل السعى أو الكفاح من أجل التفوق ، ففى بادئ الأمر ، رأى أنها دافع رئيسى ، بدلاً من كونها مجموعة من الدوافع المنفصلة ، ولها جذورها فى الوعى لدى الطفل ، واعتبر أن هذا الدافع الأساسى أدنى وأقل من تلك الدوافع الأخرى المحيطة بنا ، وفى المقام الثانى

فإن هذا التوجه التصاعدى العظيم ، فى رأى أدلر ، يعد كونياً فى الطبيعة ، فهو قاسم مشترك بين الناس جميعاً ، أسوياء وغير أسوياء ، وفى المقام الثالث فإن هدف التفوق يمكن أن يأخذ اتجاهاً سلبياً تدميرياً Destructive أو اتجاهاً إيجابياً بنائياً Construc-tive .

يبدو الاتجاه السلبى (المدمر) واضحاً فى حالة هؤلاء الأشخاص الذين يعجزون عن التكيف مع أنفسهم ، والذين يسعون لتحقيق التفوق من خلال الأنانية والاهتمام بالمجد الشخصى على حساب الآخرين ، وعلى النقيض من ذلك الأشخاص حسنو التوافق well - adjusted مع أنفسهم ومع الآخرين حيث يعبرون عن سعيهم للتفوق بطرق إيجابية ؛ ذلك أن جهودهم لتحقيق التفوق فى الحياة ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالاهتمام بالآخرين ورفاهيتهم . ورابعاً ، أكد أدلر بأن الكفاح من أجل التفوق يتطلب بذل قدر هائل من الطاقة والجهد . ذلك أن مستوى التوتر tension لدى الشخص يزيد بدلاً من أن يقل ، كنتيجة لهذه الطاقة المبذولة فى الحياة ، فنحن نكافح من أجل الوصول بثقافتنا إلى حد الكمال ، وخامساً فإن السعى إلى التفوق يحدث على مستوى الفرد ومستوى المجتمع ، فنحن نسعى لبلوغ الكمال ، لا كأفراد بل كأعضاء فى المجتمع .

وعلى الضد مما ذهب إليه فرويد ، من أن الإنسان مناهض لما هو اجتماعى antisocial ، فإن أدلر يرى أن الفرد والمجتمع يعملان معاً فى توافق وتناغم وكفاح من أجل الوصول بثقافتنا إلى حد الكمال .

وباختصار .. فإن أدلر صوّر الإنسان بأنه لا يعيش فى تناغم وانسجام مع العالم الاجتماعى فحسب ، بل يحيا فى حالة سعى دائم ، ونضال لا يعرف التوقف من أجل إقامة وخلق عالم أفضل ، ومع هذا فإن الافتراض التصورى بأن البشرية لديها هدف نهائى هو الرقى بثقافتها وحضارتها يثير التساؤل التالى : كيف يمكننا كأفراد أن نبلغ إلى هذا الهدف ؟

وهذا ما يجيب عنه أدلر فى تصوره عن أسلوب الحياة .

أسلوب الحياة : Style of life

يمثل أسلوب الحياة أو ما يطلق عليه خطة الحياة life plan أو الصورة الموجهة guiding image أبرز خصائص نظرية أدلر الدينامية فى الشخصية ؛ وأسلوب الحياة يعنى idiographic ، أى التصور الذى يبحث عن القوانين الفردية ، من أجل فهم أعمق للفرد ، من حيث هو كائن متميز وفريد ومباين لغيره من الأفراد ، ومن ثم

يمكن تحديد معنى للحياة وفقاً للتصور الأدلرى : بأنه نمط فريد فى التوافق فى الحياة؛ وأن معظم البارزين فى الحياة يتصفون بالقدرة على إبداع أهدافهم وعلى إيجاد الوسائل لتحقيق هذه الأهداف .

ووفقاً لأدلر فإن أسلوب الحياة هو نمط فريد unique pattern من السمات والسلوكيات ، والعادات ، والتى حين تجتمع معاً ، فإنها تحدد الصفة المميزة لوجود الشخص .

والسؤال الآن هو : كيف يتشكل أسلوب الحياة لدى الإنسان ؟ وللإجابة عن هذا السؤال فإنه لابد لنا من العودة إلى مفاهيم الدونية والتعويض ، لأنها تحدد الأساس لأسلوب حياتنا .

ويرى أدلر أننا نعانى جميعاً من عيوب ومشاعر الدونية فى مرحلة الطفولة ، سواء أكانت فى الخيال أم فى الواقع ، ومن ثم تدفعنا إلى تعويضها بطريقة أو بأخرى . ولإيضاح هذا ، فإن الطفل الذى يفتقر إلى الانسجام مع نفسه من المرجح أن يركز محاولاته لتعويض ذلك عن طريق تطوير قدرة أو مهارة رياضية متفوقة . كما أن سلوكه الذى تشكل نتيجة وعيه بحدوده الطبيعية ، قد يصبح بدوره أسلوبه فى الحياة ، والذى يمثل مجموعة من السلوكيات هدفها تعويض الإحساس بالدونية ، وعندئذ فإن أسلوب حياتنا يرتكز على جهودنا من أجل التغلب على عيوبنا ومن ثم نؤسس إحساساً بالتفوق superiority .

وفى رأى أدلر ، فإن أسلوب الحياة يصبح متأصلاً وراسخاً فيما بين الرابعة والخامسة من عمر الطفل حتى يصبح من الصعب تقريباً تغييره فيما بعد . وبالطبع يستمر الناس فى تعلم طرق جديدة للتعبير عن أسلوب حياتهم الفريدة ، بيد أن هذه مجرد تفاصيل أشبه بامتدادات الهيكل الأساسى الذى وضع فى مرحلة مبكرة ، ويصبح أسلوب الحياة الذى تشكل هكذا إطار عمل مرشد وموجه للسلوك فى مرحلة لاحقة . وبعبارات أخرى ، فإن كل شىء نفعله يتشكل ويوجه بفعل أسلوب حياتنا الفريدة ، الذى يحدد أى جوانب من بيئتنا سنهتم بها وأيها سنتجاهلها .

ويتم تنظيم كل عملياتنا السيكولوجية (الإدراك والتفكير والشعور ... إلخ) فى كيان واحد حيث تكتسب معناها من سياق أسلوب حياتنا ، ولنأخذ مثلاً ، الفتاة التى تكافح لتحقيق التفوق بتطوير كفاءتها العقلية ، من منظور أدلر ، فإن أسلوب حياة هذه الفتاة من المتوقع أن يشتمل على أنشطة تتطلب كثيراً من الجلوس ، مثل القراءة المكثفة والدراسة العميقة والتفكير المتواصل ، أو أى شىء يعمل على زيادة مستوى

كفاءتـها العقلية ، بل إنها ستعمل حتى على ترتيب أدق التفاصيل عن الروتين اليومى لهـا ، مـثل أوقات الفراغ والهـوايات والعلاقـات مـع الأسرة والأصـدقـاء والمعـارف والأنشطة الاجتماعية ، وفقاً لأهداف التفوق الفكرى . وعلى النقيض من ذلك ، فإن شخصاً آخر يعمل باتجاه الكمال الجسمانى سيحرص على تشكيل حياته بطريقة من شأنها تحـقيق هذا الهـدف ، وكل شىء يفـعله يضع نصب عـينيـه بلوغـه التـفـوق الرياضى، وبوضـوح ، فـإنه فى رأى أدلر ووفـقـاً لنظـريتـه فـإن كـافـة جوانب سلوكـه الشخصى تنبع من أسلوبه أو أسلوبها فى الحياة ، والواقع أن المفكر يتذكر ويفكر ويحكم ويشعر ويتصرف بطريقة مختلفة تماماًعن الرياضى ، حيث إن الاثنين متباعدان أو أشبه بقطبين متباعدين سيكولوجياً بالنسبة إلى أساليب حياتهما على التوالى .

أنماط الشخصية : اتجاهات أسلوب الحياة :

Personality types : Life style attitudes

أكد أدلر أن أسلوب حياتنا يفسر تماسك شخصيتنا طوال حياتنا وكذلك توجهنا العام إلى العالم الخارجى ، وفى هذا الإطار ، لاحظ أن الشكل الصحيح لأسلوب حياتنا يمكن أن يظهر فقط من الطريقة التى نعالج ونحل من خلالها مشكلات معينة فى الحياة والعمل والصداقة والحب work, friendship, love : وهى المهام الثلاثة التى لا يمكن أن يتفاداها المرء ولابد من مواجهتها فى الحياة ، كما أكد أدلر أن أياً من هذه المهام الثلاثة لايمكن أن يعمل بمعزل عن المهام الأخرى ، فهى متداخلة interrelat-ed ، وأن الفصل بينها يعتمد على أسلوب حياتنا ، يقول أدلر (١٩٥٦) إن «حل أى من هذه المهام الثلاثة يساعد فى حل المهام الأخرى ، ونستطيع حقاً القول بأنها تشكل كلها جوانب للموقف نفسه والمشكلة نفسها ، ألا وهى الحاجة إلى محافظة الإنسان على الحياة وإلى تطويرها ودعم الحياة فى البيئة التى يجد نفسه فيها» (ص ١٣٣) .

ونتيجة لأن كل أسلوب حياة يعد فريداً لدى الشخص الذى أوجده ، فإن التعميمات الإجمالية generalizations عن أنماط الشخصية أمر محتمل ، ومن خلال هذا الفهم ووفقاً لما يقول به دريكيرز ، Dreikurs (١٩٥٠) فإن أدلر قد اقترح نمطاً موحداً لمواقف واتجاهات أسلوب الحياة ، يمكن من خلاله يمكن تصنيف الأشخاص بناءً على قدراتهم لإيجاد حلول لمهام الحياة الرئيسية الثلاثة : العمل والصداقة والحب.

وهذا التصنيف يتشكل من بعدين : الاهتمام الاجتماعى social interest ، ودرجة النشاط degree of activity .

ويمثل الاهتمام الاجتماعى الشعور بالتعاطف للإنسانية humanity جمعاء ،

من خلال التعاون مع الآخرين ، من أجل التقدم الاجتماعى للأمام ، بدلاً من تحقيق مكاسب شخصية محضنة ، وهذا البعد يشكل المعيار الرئيسى للنضج maturity النفسى كما يقول أدلر .

وعلى النقيض من هذا البعد ، يأتى البعد الثانى حيث الاهتمام الأنانى ، وتشير درجة النشاط إلى حركة الشخص تجاه حل مشكلات الحياة الكبرى ، أو ما قد يطلق عليه «مستوى الطاقة» energy level التى نولد ونحن مزودين بها ، وتتشكل عادة أثناء الطفولة ، بيد أنها تختلف من شخص إلى آخر ، من شخص متردد إلى شخص مفرط النشاط ، وهذه الدرجة من النشاط تصبح بناءة أو مدمرة حين ترتبط بالاهتمام الاجتماعى .

وعلى الضد من الأنماط الثلاثة ، يقترح أدلر عدداً من أنماط الشخصية تتمثل فى نمط : المسيطر ، والاستحواذى ، والمتجنب ، وهى أنماط تفتقر إلى الاهتمام الاجتماعى ، بيد أنها تتباين فى درجة النشاط ، والنمط الرابع يطلق عليه المفيد اجتماعياً ؛ لأنه يتصف باهتمام اجتماعى عال المستوى وبدرجة من النشاط مرتفعة ، ويذكرنا أدلر بأنه ما من علم لدراسة أنماط الشخصية ، بمقدوره أن يصف بدقة محاولات الفرد وسعيه ونضاله لتحقيق التفوق والكفاءة competence . والكلية wholeness ، ومع هذا فإن وصف اتجاهات أسلوب الحياة ، يمكن أن يسهل علينا فهم السلوك الإنسانى من منظور أدلر .

النمط المستحوذ : The Getting type

كما يتبين من الاسم ، ينطبق هذا النوع على الأشخاص الذين لديهم موقف أو اتجاه لأسلوب حياة يرتبط بالعالم الخارجى بطريقة طفلية ، ويفتقر هؤلاء الأشخاص إلى الاهتمام الاجتماعى ، وهم «يعتمدون» على الآخرين فى تلبية معظم احتياجاتهم . واهتمامهم الرئيسى فى الحياة هو الحصول على كل ما يمكن الحصول عليه من الآخرين ، ومع ذلك فإنه ليس من المحتمل أن يؤذى هؤلاء غيرهم .

النمط المنسحب : The Avoiding type

الأشخاص من هذا النمط ليس لديهم الاهتمام الاجتماعى الكافى أو النشاط الذى يمكنهم من حل مشكلاتهم ولأنهم يخشون الفشل أكثر مما يرغبون فى النجاح ، فإن حياتهم تتسم بالسلوك غير المفيد اجتماعياً والمتمثل فى النزعة السلبية والميل إلى الهروب من أداء المهام فى الحياة . وبعبارة أخرى .. فإن هدفهم هو طرح مشكلات الحياة جانباً ، وبذلك يتفادون أى احتمال بالفشل .

النمط المفيد اجتماعياً : The Social useful type

هذا النوع من الأشخاص هو قمة النضج فى تصور أدلر ، فالشخص من هذا النمط يجسد الدرجة العليا للاهتمام الاجتماعى والمستوى العالمى للنشاط . وهذا الشخص الموجه اجتماعياً يعبر عن اهتمام حقيقى بالناس ، وهو أو هى يعتبر المهام الثلاثة الرئيسية فى الحياة وهى العمل والصداقة والحب كمشكلات اجتماعية ، وعلاوة على ذلك ، يدرك هذا الشخص أن حل المشكلات يتطلب التعاون والشجاعة الشخصية والرغبة فى المساهمة فى رفاهية الآخرين .

الاهتمام الاجتماعى : Social interest

ومع ذلك فإن ثمة مفهوما حاسما آخر فى علم النفس الفردى عند أدلر يتمثل فى ذلك المفهوم عن الاهتمام الاجتماعى . ويعكس هذا المفهوم إيمان أدلر الشديد بأننا كائنات اجتماعية ، بمعنى أنه لابد وأن نفكر فى علاقتنا بالآخرين والإطار الاجتماعى الثقافى الأشمل والأوسع الذى نعيش فيه ، إذا كان يتعين علينا أن نفهم أنفسنا جيداً . ولكن الأكثر من هذا أن هذا المفهوم يعكس التغيير الحاسم ، وأن يكون تدريجياً فى تفكير أدلر بالنسبة إلى العناصر التى تشكل القوة المحركة الهائلة التى تدفع كافة الأنشطة الإنسانية .

وفى البدايات الأولى لحياته العلمية ، كان أدلر يرى الأشخاص مولعين بالرغبة فى بلوغ السلطة والقوة الشخصية والحاجة إلى الهيمنة . وبوجه خاص ، كان يعتقد أن الناس مدفوعون بالحاجة إلى التغلب على مشاعرهم المتأصلة بالدونية ، وأنهم مدفوعون بالرغبة فى بلوغ التفوق .

وقد لاقت هذه الآراء احتجاجاً واسع النطاق . فقد وجه إلى أدلر انتقاداً شديداً لتأكيده الدوافع الأنانية ، بينما يتجاهل الدوافع الاجتماعية ، واعتبر عديد من المنتقدين رأى أدلر فى مسألة الدوافع بأنها لا تعدو أن تكون وجهة نظر معدلة لمبدأ داروين ونظريته بشأن البقاء للأصلح . ومع ذلك ، وفى وقت لاحق من بلوغ نظامه مرحلة النضج ، بدأ أدلر يشعر بأن الأشخاص مدفوعون بقوة ؛ بدوافع اجتماعية إيجابية ، ورأى أدلر أن الأشخاص تحركهم الدوافع الاجتماعية التى تجعلهم يتخلون عن الكسب الشخصى لصالح المنفعة الاجتماعية ، ويكمن جوهر هذه الرؤية فى أن الناس يتنازلون عن احتياجاتهم للصالح الاجتماعى العام .

وينبع الاهتمام الاجتماعى من المصطلح الألمانى ,Gemeinschafttsgefuhl وهو مصطلح لا يمكن التعبير عنه بشكل تام بالإنجليزية ، وهو يعنى شيئاً ما فى

منظومة «الشعور الاجتماعى» Social feeling «والشعور الجماعى أو معنى التضامن» Solidarity . كما يتضمن التوحد Identification مع المجتمع الإنسانى والشعور بالأخوة مع كل عضو من الجنس البشرى .

واعتبر أدلر أن الاهتمام الاجتماعى إمكانية كامنة Potential فى الإنسان ، ومن ثم فهو فطرى innate ، ولذا فكل إنسان هو مخلوق اجتماعى بالفطرة وليس بحكم العادة ، ومع ذلك ، فمثل أى نزعة فطرية ، لا يبرز الاهتمام الاجتماعى على نحو آلى ، بل يبرز من خلال النمو الاجتماعى وهو بحاجة إلى تغذيته حتى يثمر من خلال التدريب والتوجيه الصحيحين .

وينشأ الاهتمام الاجتماعى من خلال العلاقة بين الأم والطفل ، ولذا فإن مهمة الأم تكمن فى غرسها فى نفس الطفل معنى الإحساس بالتعاون ، والارتباط والصداقة والحب وغيرها من الصفات والمعانى التى اعتبرها أدلر مترابطة ومتلازمة ، وبطريقة نموذجية يتعين أن تظهر الأم الحب الحقيقى لطفلها ، وهو الحب الذى يتركز حول رفاهية الطفل وسلامته وسعادته .

كما أن حب الأم لزوجها ولأطفالها وللناس بوجه عام يوفر دوراً نموذجياً للطفل ويقدم له قدوة يمكن أن يتأثر بها مستقبلاً ، لا سيما وأنه يتعلم من هذا الأسلوب الاهتمام الاجتماعى الواسع ، وأن هناك أناساً مهمين آخرين فى هذا العالم .

والحقيقة أن عديداً من المواقف والاتجاهات المرتبطة بأسلوب الحياة والتى تتأثر بسلوكيات الأم قد تعمل على تقوية الشعور لدى الطفل بمعنى الاهتمام الجماعى والصالح الاجتماعى وإذا – على سبيل المثال – ركزت الأم فقط على أطفالها ، فإنها لن تكون قادرة على تعليمهم تحويل الاهتمام الاجتماعى إلى أشخاص آخرين ، وبالمثل إذا كانت تؤثر زوجها وتفضله على أطفالها فى المعاملة فإنهم سيشعرون بأنهم غير مرغوبين ، كما سيتغير حماسهم إزاء الاهتمام الاجتماعى ، وأى سلوك يزيد من مشاعر الأطفال بأنهم مهملون غير محبوبين يؤدى إلى شعورهم بالنقص والعجز وعدم القدرة على التعاون .

وفى رأى أدلر ، يعد الأب ثانى أهم مصدر من مصادر النفوذ والتأثير على الطفل وتنمية الاهتمام الاجتماعى لديه ، ولهذا ، لابد وأن يكون لديه موقع إيجابى تجاه زوجته وعمله ومجتمعه . وبالإضافة إلى ذلك ينبغى أن يعرض الاهتمام الاجتماعى المطور لديه نفسه فى إطار علاقته مع أطفاله ، وبالنسبة إلى أدلر ، فإن الأب المثالى هو الذى يعامل أطفاله كأصدقاء ، والذى يتعامل على قدم المساواة مع

زوجته فى العناية بهم ، وينبغى أن يتجنب الأب أيضاً الأخطاء المزدوجة للتمزق العاطفى والتسلطية الأبوية والتى يكون لها التأثير ذاته . والأطفال الذين يعانون من الانفصال بين الزوجين يميلون إلى السعى لتحقيق التفوق الشخصى ، بدلا من تحقيق أى هدف يرتكز على الصالح الاجتماعى . وبالمثل ، فإن السلطة الأبوية تؤدى إلى أسلوب حياة خاطئ ، ذلك أن الأطفال الذين لديهم أب استبدادى يتعلمون الكفاح من أجل السلطة والتفوق الشخصى وليس الاجتماعى .

وأخيراً اعتبر أدلر العلاقة الزوجية ذات تأثير هائل على تطور الشعور الاجتماعى لدى الطفل .. فإن كانت العلاقة الزوجية مثلاً ، غير سعيدة ، سيكون لدى الأطفال فرصة قليلة لاكتساب الاهتمام الاجتماعى ، وإذا حولت الزوجة مساندتها العاطفية بعيداً عن زوجها باتجاه الأطفال ، فسوف يضر ذلك الأطفال أنفسهم نظراً لأن الحماية المبالغ فيها ، تضعف الاهتمام الاجتماعى . وإذا دأب الأب على توجيه الانتقاد العلنى لزوجته ، يفقد الأطفال الاحترام للوالدين معاً . وإذا كانت هناك خلافات بين الزوجين ينعكس ذلك سلباً على الأطفال الذين يعدون الخاسرين النهائيين فى هذه اللعبة . وهو أمر حتمى لأن الحب بات مفقوداً بين الزوجين .

الاهتمام الاجتماعي كمقياس للصحة النفسية :

Social Interest as a Barometer of Psychological Health

طبقاً لما ذكره أدلر ، فإن درجة الاهتمام الاجتماعى تمثل معياراً مفيداً لقياس الصحة النفسية للشخص . وقد اعتبر الاهتمام الاجتماعى «بارروميتر الحالة السوية» ، وهو المعيار الذى يستخدم فى الحكم على قيمة حياة الشخص ، وفى رأيه أن حياتنا لها قيمه عندما نستطيع أن نضيف قيمة إلى حياة الآخرين ؛ ذلك أن الأشخاص الأسوياء مهتمون بالفعل بالآخرين كما أن هدفهم فى تحقيق التفوق ، هدف له أبعاده الاجتماعية ورفاهية الآخرين ، وعلى الرغم من أنهم يدركون أن العالم ليس على صواب كله ، إلا أنهم ملتزمون بمهمة تحسين مستوى الإنسانية ، وباختصار ، فهم لا يشعرون بأى معنى أو قيمة فعلية لحياتهم ، ما لم يساهموا فى النهوض بحياة رفاقهم ورفاهيتهم فى الحياة .

وعلى الضد من ذلك ، فإن الأشخاص غير المتوافقين اجتماعياً ، يفتقرون إلى الاهتمام الاجتماعى ، ويعيشون فى تمركز حاد على أنفسهم ، ويسعون إلى تحقيق التفوق الشخصى على حساب الآخرين ، لكل منهم حياة لها قيمة خاصة به ، فهم مشغولون بالاهتمام بالذات وبحمايتها عن أى شىء آخر .

الكلية الجزئية : Elementalism - Holism

الكلية فكرة راسخة والتزام تصورى فى كتابات أدلر ، ولعل ذلك قد ظهر على نحو واضح ، عندما أطلق أدلر على توجهه النظرى اسم علم النفس الفردى ، لكى يؤكد وجهة نظره عن الإنسان ، بوصفه كائنا متميزا ، غير قابل للتجزئة أو الانقسام indivisable ، يمثل كينونة متوحدة ، وذاتا متسقة الوجود (*) . وقد أكد أدلر ذلك دوما حتى فى كتاباته الباكرة .

وعلى نحو أكثر تخصصا ، بين أدلر أن الذات الإبداعية فى مرحلة الطفولة هى التى تشكل أهداف للشخصية الخيالية النهائية صوب الكلية حيث العلو والسمو بالذات ، الذى من أجلها يكافح الناس طوال حياتهم ، وللحقيقة فإن أسلوب الحياة يمكن التنبؤ به من خلال الهدف النهائى ، وباختصار فإن سلوك الفرد يمكن فهمه فى سياق من التصور الغائى teleological للنضال الإنسانى ؛ أى إن كل عمل إنما يستهدف الوصول إلى غاية معينة .

القابلية للتغير - اللاقابلية للتغير Changeability - Unchangeability

وعلى الرغم من اختلاف فرويد وأدلر على نحو دراماتيكى حول كثير من الفروض الأساسية الخاصة بالطبيعة الإنسانية ، إلا أنهما اتفقا حول فرضية مهمة ، هى عدم قابلية الإنسان الحى للتغير ، ولهذا يركز أدلر ، مثل فرويد على أن السنوات الخمس الأولى تشكل المكون الأساسى للشخصية ، وأن بنية هذه الشخصية تستعصى على التغير بعد سنوات التكوين الخمس ...

بيد أن عدم القابلية للتغير تظهر فى افتراضات أدلر على نحو مغاير لافتراضات فرويد .

تفسـير ذلـك

أن عدم القابلية للتغير يظهر بوضوح فى مفهوم أدلر عن أسلوب الحياة الذى يرتبط بالشعور بالنقص ومحاولات التعويض فى سن باكرة . ويتبلور أسلوب الحياة حول الخامسة من العمر ، ومن ثم التأثير على كافة جوانب الشخصية .

وفى الحقيقة ، فإن الناس من خلال أسلوب الحياة يعيشون حياتهم بنضال من أجل التفوق ، والسعى الدائم من أجل هدف يسعون إلى تحقيقه .

(*) Invisable, Self consistent and unified entity.

وعلى الرغم من أن أسلوب الحياة يكشف عن نفسه على أنحاء شتى ، وفى فترات عمرية متباينة ، إلا أنه يظل ثابتاً يستعصى على التغير طوال سنوات الحياة . ومن هذا يتضح أن أدلر التزم بالفرضية القائلة بعدم القابلية للتغير .

الذاتية - الموضوعية Subjectivity - objectivity

تمثل الذاتية الافتراض الأساسى عند أدلر، ولهذا كان توجهه العلمى صوب تأسيس علم نفس فردى يتخذ من ذاتية الفرد محوراً له ، ولهذا اعتبر – على سبيل المثال – أن الترتيب الموضوعى لميلاد الطفل ليس مهمّا فى تشكيل وبناء الشخصية ، بقدر أهمية المعنى الذاتى الذى يربطه الطفل بوضعه وما يصحب هذا الوضع من مواقف .

ولهذا فإن نمو الاهتمام الاجتماعى عند الطفل يمكنه من تفسير سلوك الأم أكثر بكثير من استجابته للمحتوى الموضوعى لهذا السلوك ، وتظهر الذاتية على نحو أشد وضوحاً فيما يطلق عليه الأهداف الخيالية الغائية .

ويعتبر أدلر أول من استخدم مصطلح Schema of apperception مخططات الإدراك ، ليصف تلك العمليات الإدراكية التى نستطيع من خلالها أن نفسر حقائق وجودنا فى العالم ، فقد كان يعتقد أن الوقائع الموضوعية تتحول إلى مخططات ذاتية قبل أن تحدث تأثيراتها على الشخصية أو السلوك .

الفاعلية فى مقابل ردة الفعل Proactivity - Reactivity

المنحى الأساسى فى علم النفس الفردى هو اعتبار «حياة الإنسان كفاحاً ديناميا من أجل الكمال» .

وانطلاقاً من ذلك كانت فروض أدلر التصورية ، والتى من بينها تصوره أن الفاعلية Proactivity تكمن فى داخل الفرد وتتجلى فى : تلك المثابرة ، والتوجه صوب المستقبل Future - Orientation ، وكل أشكال كفاح الإنسان من أجل العلو والتفوق والكمال Perfection .

وللحقيقة فإن أدلر قد افترض أن ثمة قوة إيجابية أو دينامية تكمن فى خلف الفاعلية الإنسانية ، تتمثل فى السعى صوب التفوق والعلو فى الحياة .

فمثلما يكشف الرضيع بحركاته عن شعوره بالنقص ، ونزوعه المستمر إلى التحسن ، وحل المتطلبات الحيوية ، من خلال حركاته وجهوده المستمر باحثا ومنقبا ومكتشفا للعالم من حوله .

هاهنا تبدأ القوة المبدعة للطفل فى البزوغ من خلال أساليب التربية التى يتلقاها ويستعملها لتجسد أسلوب حياته ، فيبتكر هدفاً يلاحقه دون توقف ، فيدفعه بالتالى إلى التصور والتفكير والحس والعمل ، ولا تستطيع قوة فى العالم - كما يقول أدلر - منع افتراض وجود هدف توجه الحركة صوبه ، ولا توجد حركة دون هدف ، ويمكن إدراك هذا الهدف فى ذلك الشعور الإنسانى بأن يكون الإنسان سيد العالم» .

وعلى أية حال .. فإن الرغبة المتواصلة الدوام لبلوغ أهداف نمائية مستقبلية ، تكون رد فعل Reaction لمثيرات البيئة الخارجية ، وأن الإنسان الأدلرى هو نزوع مستقبلى وكفاح من أجل التفوق والكمال .

التوازن الداخلى فى مقابل التوازن الغيرى :

Homeostasis - Heterostasis

إن قانون الحياة الجوهرى يكمن فى الانتصار على المصاعب وتحقيق التوازن الجسدى والنفسى ، والنمو الجسمى والنفسى والنزوع إلى الكمال .

وتبرز معجزة التطور فى الجهد الذى يبذله الجسم للمحافظة على كل العناصر اللازمة لحياته وتكميلها وتعويضها فى الوقت نفسه ، وهذا يعنى ميل أعضاء الجسم والدم للإبقاء على الثبات ، مثال ذلك أن الدم ينبغى أن يحتفظ بمستوى ثابت نسبياً من الملح والسكر ... إلخ .

يقول أدلر «إن قوة الاندفاع لدافع ما Impetus تندفع من السالب إلى الموجب بغير انتهاء end ومن أسفل إلى أعلى بغير انقطاع» (ص ٣٩٨) .

وتصور أدلر للتوازن الداخلى لا يعنى كما توضح الكثرة من نظريات علم النفس خفض التوتر reduce tension ، وإبقاء الكائن فى حالة داخلية من التوازن equilib-rium ، وإنما يتضمن التوازن الداخلى عند أدلر ارتفاع حدة التوتر tension increase فى الدافع ، لينطلق من حالة «السالب إلى الموجب» ومن «أسفل إلى أعلى» .

إن التوازن عند أدلر مهدد باستمرار ، والإنسان ، عبر نزوعه صوب الكمال ، وهو فى حالة مستمرة من التوتر النفسى ، وهو يعى الوسائل الضئيلة التى تتوافر له لبلوغ هدفه فى الكمال ، إن الشعور بأنه بلغ درجة مرضية فى عروجه نحو الاكتمال ، هو الذى يمنحه فقط القيمة والأمن والسعادة .

إن الكينونة تعنى وجودها ضمن نقصها ، الأمر الذى يتطلب تعويضاً عن هذا النقص وتجاوزاً له ، ويختلف اتجاه التعويض الذى نسعى إليه ، بقدر اختلاف هدف

الكمال المنشود ، وبقدر ما يكون الشعور بالنقص محسوساً بعمق ، تكون رغبة التعويض أشد إلحاحاً ويكون التوتر النفسى أكثر عنفاً .

وعند أدلر فإن الدافع الأساسى fundamental motive هو الكفاح من أجل العلو ، وفى سبيله لا نخفض من حدة التوتر المترتبة على هذا الكفاح ، بل إننا نستولد generate التوتر فى كفاحنا المتواصل لبلوغ الأهداف المستقبلية .

و«التوازن الغيرى» عند أدلر يعنى قدرة الفرد على تحقيق الذات ، أو هو الدافع الراسخ Constantly فى اتجاه تحقيق إمكانات الإنسان الكامنة ، وأن هذه الإمكانات الكامنة فطرية innate المنشأ ، وأن الإنسان يمضى فى الحياة متبعاً نزوعه للنمو الطبيعى لتحقيق الذات وامتلائها .

وفى الحقيقة ، فإن أدلر فى عرضه لمفهومه عن «التوازن الغيرى» يصور الناس كمناضلين من أجل التفوق والأهداف المستقبلية بابتكارهم أساليبهم الحياتية المتميزة .

القابلية للمعرفة - في تقابل عدم القابلية للمعرفة :

Knowability - Unknowability

يؤكد أدلر أنه قد تأثر بفلسفة Vaihinger ولا سيما كتابه «الفلسفة : كما لو» : فقد اتخذ أدلر من هذه الفلسفة إطاراً مرجعياً لتصوراته التى أطلق عليها الإيجابية المثالية Idealistic positivism ، ويمكن فهم هذه الإيجابية المثالية من خلال البنى التصورية التى افترضها أدلر ، كمفهوم الأهداف الخيالية Fictions .

وهذا المفهوم، حتى ولو كان معارضاً للحقيقة ، فإنه سيسفر عن مجموعة من القيم التى لا غنى عنها فى حياة الإنسان .

ويطرح مجموعة من الأسئلة : ما المهم فى حياتنا إذا لم تكن هناك حقيقة مطلقة أو صواب مطلق ؟ ومن ذا الذى يكون بمقدوره أن يعرف ذلك ؟

ويجيب أدلر بأننا لا نملك الحقيقة المطلقة ، ولذلك نحن مجبرون على التأمل فى مستقبلنا ونتائج أعمالنا .

وإننا لا نستطيع منح قيمة لنشاط فرد أو مجموعة من الأفراد ، إلا إذا أفضت إلى إبداعات ذات قيمة خالدة بالنسبة لتطور الإنسانية ، ومن هنا ، فإن الأمر لا يتعلق بامتلاك الحقيقة ، إنما فقط فى محاولة الوصول إليها .

ويتساءل : ما مصير أولئك الذين لم يساهموا بشىء لفائدة البشرية ؟ يجيب

أدلر : لقد اندثروا عن آخرهم ، ولم يبق لهم أثر ، لقد انطفأوا بأجسامهم وأرواحهم وابتلعتهم الأرض ، لأنهم لم يستطيعوا التوجه إلى المستقبل .

وفى كتابه «علم النفس الفردى» كتب أدلر يقول : ينبغى أن نفتح المجال فى علم النفس الفردى لتصورات تنبع من الميتافيزيقا ، أو ما يمكن أن يطلق عليه التأمل Speculation أو التسامى Transcendentalism فلا يوجد علم كان بمعزل عن مجال الميتافيزيقا» (ص ١٤٢) .

ولهذا احتلت القابلية للمعرفة حيزاً أساسياً فى كتابات أدلر ، فالإنسان مدفوع بفطرته وبإمكاناته الكامنة ، واهتمامه الاجتماعى وحسه المشترك إلى البحث والتنقيب والإبداع ، الذى يجسد المستقبل ويعتبر كتابه «فهم طبيعة الإنسان» Understanding Human Nature والذى كتبه بطريقة تميزت بالبساطة والبرجماتية ، ومحاولة فهم بعض الجوانب الخفية المبهمة Mystery فى الطبيعة الإنسانية ، التى تعكس بالفعل إيمانه الراسخ بأن علم النفس الفردى من أكثر العلوم النفسية قدرة على فهم الطبيعة الإنسانية ، وقد أكد أدلر أن دراساته ومحاولته للفهم لم تمنحه إلا قدراً قليلاً من فهم طبيعة الإنسان .

العصاب النفسي Neurosis

رغم أن أدلر قد كتب الكثير عن السلوك العصابى ، إلا أن أبرز تعريفاته هو أن «العصاب نمو طبيعى ومنطقى فى الفرد الذى يتسم نسبياً بعدم الفاعلية أو غيبة النشاط، متمركزاً على ذاته ، يتسم نضاله من أجل التفوق بطابع شخصى محض ، وهذا التمركز حول الذات ، وذلك الطابع الشخصى يعوقان تطور اهتمامه الاجتماعى ، وأسلوب الحياة المتميز كما هو الحال فى هؤلاء السلبيين المدللين» (١٩٥٦، ص ٢٤١) .

وتعريف أدلر يتشكل من عدة مكونات ، ترسم مظاهر الشخصية العصابية التى تتسم «بعدم الفاعلية النسبية» Comperatively inactivity وهو معنى يشير إلى درجة النشاط أو الفاعلية كبعد محدد لاتجاهات أسلوب الحياة فى أنماط الشخصية Typolo-gy عند أدلر .

وعند أدلر فإن العصابى يتسم بالافتقار إلى الفاعلية الضرورية لإيجاد حلول صائبة لمشكلات حياته .

والخاصية الثانية للعصابى هو أنه شخصى ، متمركز على نفسه فى كفاحه من أجل التفوق Personal, egocentric striving for superiority ويفترض أن العصابى يناضل من أجل أهداف تتسم بالأنانية فى الحياة الأمر ؛ الذى يفضى إلى

تعويق نمو اهتمامه الاجتماعى .

وعلى أية حال فإن أدلر يعتقد أن الأشخاص العصابيين يضعون أهدافهم فى التفوق على نحو مبالغ فيه عن غيرهم من الأسوياء من الناس ، ومن ثم يتجهون لبلوغ هذه الأهداف على نحو من التصلب .

والنقطة الأخيرة فى تعريف أدلر لوصف أساليب حياة المدللين pampered من الأفراد الذين يتسمون بعدم الفاعلية . وهذا الجزء من التعريف يترجم اعتقاد أدلر بأن العصابى يريد أن يكون مدللاً من الآخرين ، مفتقراً إلى الاهتمام الاجتماعى ، وإلى درجة الفاعلية التى نحتاجها لمواجهة مهام الحياة ، العصابى هو شخص يريد أن يعتمد اعتماداً كلياً على الآخرين فى مواجهة مشكلات الحياة اليومية .

وككل الناس ، يعيش العصابى ويحقق صراعاته ، ولكنه يتميز بوضوح عن الآخرين خلال بحثه عن الحل ، فلقد شكل العصابى منذ طفولته قانونه الدينامى الخاص به ، بحيث ينسحب عن مواجهة القضايا التى قد تهدد بالخطر كبرياءه عبر هزيمة محتملة ، تهدد بحثه عن التفوق الشخصى البعيد عن الاهتمام الاجتماعى ، ورغبته فى أن يكون الأول ، وشعاره «كل شىء أو لا شىء» ولهذا يكون تصلبه وتشدده وتمركزه على ذاته egocentric يجعله يعتقد بأنه مشرف على الهزيمة ، وفقدانه الطمأنينة .

ويهتم العصابى بعزلته التى هو مستعد لدفع ثمنها بأية تضحية .

ويؤكد أدلر اهتمام العصابى بالانسحاب ، لأنه يعتبر أن كل خطوة إلى الأمام كسقوط فى هوة عميقة ، ولهذا السبب يحاول أن يتجنب الآخرين ، وأن يضع نفسه فى موقع خلفى ، وأن يعيش فى كنف نفسه منعزلاً ومنسحباً .

ثانياً : كارل يونغ
Carl Jung

النظرية التحليلية فى الشخصية :

An Analitical Theory of Personality

يعتبر يونج ثانى المنشقين على فرويد ، فقد انشق عن الاتجاه التحليلى مكونا منحى جديداً فى علم النفس وفى البحث عن ديناميات الشخصية واللاوعى الجمعى والحاجات الروحية والقوى الخلاقة فى الإنسان ، أطلق عليه اسم علم النفس التحليلى Analytical Psychology .

ويتفق يونج مع فرويد فى بعض الجوانب ، ويختلف معه فى جوانب أخرى ، يتفق معه فى أنه وهب حياته لدراسة الاتجاه الدينامى ، وتأثير اللاشعور على السلوك والخبرة الإنسانية .

ويختلف معه فى أن اللاشعور لا يحتوى فقط على مكونات جنسية ، وحفزات urges عدوانية .

ويفترض أن الإنسان تدفعه قوى ضمن نفسية وخيالات ، انبثقت من التاريخ التطورى للإنسان ، ذلك الذى يحتوى على الشعور وراثى inherited ممتلئ بجوانب روحية عميقة ، وتفسيرات جد عميقة للنضال الإنسانى من أجل بلوغ الاكتمال النفسى.

وقد آثر يونج استخدام اصطلاحى «النفسى» Psyche والنفس Psychic على «العقل والنفس» mental - mind ، لما فى هذين المصطلحين من ارتباط بحياتنا الشعورية فقط ، فى حين يعبر المصطلحين الآخرين على حياتنا الشعورية واللاشعورية معا .

يقول يونج : إن الشعور قد نشأ عن اللاشعور ، ومن ثم فهو أقدم منه عمراً ، وأن اللاشعور قد يعمل فى تناسق مع الوعى أو حتى رغما عنه .

وثمة اختلاف آخر بين فرويد ويونج ، يكمن فى دور الجنسية sexuality كدافع مهيمن بقوة على الشخصية ؛ فقد ذهب فرويد إلى أن الليبيدو libido هو مكمن الطاقة

الجنسية فى حين أرتأى «يونج» أن الليبيدو قوة إبداعية فى الحياة ، تعبر عن نفسها بطرق شتى من بينها : الدين والقوة .

ومثل أدلر ، يرفض يونج رأى فرويد القائل بأن «العقل تابع للغرائز الوراثية»(*).

سيرة ذاتية :

ولد يونج عام ١٨٧٥ فى مدينة كيسيفل فى سويسرا ، وكان والده قسيساً وأستاذا فى فقه اللغة .

وكان طفلاً وحيداً ، بيد أنه كان تلميذا متميزا ، شديد الولع بالقراءة فى الدين والفلسفة .

وقد كتب فى مذكراته (١٩٦١) أنه كان مشغولا بأحلامه وبرؤياه visions التى تعكس إيمانه بالقوة الخارقة للطبيعة ، وبتخيلاته المتواصلة ، ومن ثم كان يعتقد بأنه يمتلك معلومات سرية عن المستقبل ويتمتع بأخيولات fantasies متدفقة ، وأنه كان شخصين مختلفين فى شخص واحد .

وعندما شب الصبى كارل لاحظ أن إيمان والده الدينى يهتز ، فحاول أن يعيد إليه الإيمان المرتكز على الخبرة الشخصية ، والتأمل الذاتى العميق ، بيد أنه فشل ، واستمر الخلاف بينه وبين والده ، فغير من توجهه فى الحياة ، رافضاً دراسة اللاهوت ليصبح كاهنا مثل والده ، واتجه إلى دراسة الطب ، والتحق بجامعة بازل Basel ، حيث درس الطب من ١٨٩٥ - ١٩٠٠م ، ثم واصل دراسته حتى حصل على الدكتوراه فى الطب النفسى من جامعة زيورخ ١٩٠٢ ، واستقر فى زيورخ حيث مارس عمله مساعد فى مستشفى للأمراض النفسية تحت إشراف العلامة بلولير Bleuler الذى يعتبر أول من سك مصطلح schizophrenia .

وبدأ اتصاله بفرويد إثر قراءته لكتاب فرويد تفسير الأحلام Intrepretation of The Dreams ؛ وتقابل العالمان فرويد ويونج فى منزل فرويد فى فيينا ١٩٠٧ ، ونشأت بينهما علاقة عملية وشخصية عميقة ، فقد كان فرويد يؤمن بقدرات «يونج» العقلية والتصورية ، وأنه من الممكن أن يكون المتحدث باسم جماعة التحليل النفسى ، لعدة أسباب : لعل من أهمها أنه «غير يهودى» ومن فرط إعجاب فرويد بيونج ، لقبه بالابن الأكبر ، والوريث ، وولى العهد المنتظر ، واختاره ليكون أول رئيس للرابطة

(*) The brain is an appendage to the genital glands.

الدولية للتحليل النفسى (١٩١٠) International Psychoanalytic Association .

ومع بداية عام ١٩١٣ ، اختلف العالمان وانفصلا (Alexander, 1982) فاستقال يونج من رابطة التحليل النفسى ، وانسحب من عضويتها ولم يلتق الاثنان مرة ثانية .

وبعد أربع سنين تعرض يونج لأزمة نفسية حادة ، وقد بلغ به الوهن حداً جعله يستقيل كمحاضر من جامعة زيورخ ، واستحوذت عليه التخيلات والأحلام ومحاولات استكشاف الذات، إلى درجة وصفه البعض بأنه أصبح قريبا من حافة الجنون Mad-ness (ستيرن Stern ، ١٩٧٦) .

ومع نهاية الحرب العالمية الأولى عاد يونج من رحلة الغوص فى أعماقه ، ليبدع توجها جديداً فى الشخصية ارتكز على التطلع الإنسانى Human aspiration والحاجات الروحية Spiritual .

وفى مفتتح سيرته الذاتية والمعنونة باسم «ذكريات وأحلام وانعكاسات» ، كتب يقول «إن حياتى قصة تحقيق الإمكانات فى اللاشعور» .

(أ) علم النفس التحليلى : المفاهيم والمبادئ الأساسية :

Analytical Psychology : Basic Concepts and principles

يمكن تلخيص المفاهيم الأساسية لعلم النفس التحليلى فى عدد من التصورات :

١- بنية الشخصية The Structure of Personality :

افترض يونج أن النفس Psyche (وهو مصطلح يستخدمه للتعبير عن الشخصية) تتكون مع ثلاثة مكونات أو بنى منفصلة ، بيد أنها فى حالة من التفاعل الدائم : الأنا ، اللاشعور الشخصى ، اللاشعور الجمعي .

الأنا : The ego

الأنا مركز العقل الواعي ، وتتكون من النفس التى تحتوى على : الأفكار والمشاعر ، والذكريات والإدراك ، وكل ما يمنحنا الإحساس المتواصل بالزمان ، ويحدد هويتنا الإنسانية .

وتعتبر الأنا المسئولة عن وعى الأفراد بأنفسهم ، وعن تنظيم الأنشطة العادية التى يقوم بها الفرد فى الحياة .

اللاشعــور الشخصى The Personal unconsciousness

يحتوى اللاشعور الشخصى على الصراعات والذكريات ، التى كانت واعية ، وتم كبتها أو نسيانها ، ويتكون أيضاً من الانطباعات الحسية التى إذا لم تكن فعّالة ونشطة فلن تتجدول فى الوعى .

وللحقيقة فإن تصور يونج عن اللاشعور الشخصى يشبه مفهوم فرويد عن اللاشعور ، غير أن يونج (١٩١٣ - ١٩٧٣) ذهب خطوة أبعد من فرويد بتأكيده أن اللاشعور الشخصى يحتوى على العقد complexes أو تجمعات Clusters من ذكريات ومشاعر وأفكار مختزنة من الماضى النمائى للشخص أو تجارب ضاربة فى عمق الزمان ، تعكس تجارب سلفية ، وأنها قد تنظم حول قضايا مشتركة ، ومن ثم قد تكون قوية على نحو مسيطر على سلوك الفرد .

اللاشعــــور الجمعى : Collective unconsciousness

افترض يونج (١٩٣٦ - ١٩٦٩) أن اللاشعور الجمعى يمثل ذلك الجزء الأعمق من النفس Psyche ، فهو مستودع الذاكرة الكامنة للإنسان عبر تاريخ الإنسان ، الذى يمتد من أسلافنا حتى يومنا هذا .. إنه انعكاس لأفكارنا ومشاعرنا التى يشترك فيها الناس جميعا .

يقول يونج «يحتوى اللاشعور الجمعى على الموروث الروحى» Spiritual Heri-tage للإنسان عبر تطوره الزمنى ، ذلك الموروث الروحى الذى يولد من جديد فى البنية العقلية لكل إنسان (Campbell, 1971 p. 45) ، ويعتبر فكرة اللاشعور الجمعى نقطة اختلاف بين يونج وفرويد ، وهذا راجع إلى إن يونج ينظر إلى اللاشعور نظرة أكثر إيجابية ، فهو ليس مجرد مستودع ، أو صندوق قمامة نلقى فيه بكل ما هو مرفوض وطفولى وشاذ وحيوانى ، ومانريد نسيانه وكبته .

ويتفق مع فرويد فى أننا ننسى ونكبت ما لا نحب ، أو ما ليس مقبولا فى المجتمع ، والكبت Repression كما يعرفه يونج هو أن نصرف انتباهنا عن فكرة أو شعور أو حادث بصورة متعددة ومستمرة ، أى أن نصرف انتباهنا عن بعض الأشياء لكى نستطيع الانتباه إلى أشياء أخرى ، ومن ثم فهو فعل إرادى .

أما نقطة الاختلاف مع فرويد فترجع إلى أن يونج يرى أن اللاشعور الجمعى معبئ بإمكانات متواصلة بتواصل حلقات الزمان ، وإنه يمكننا أن نبحث عن إمكانات جديدة للحياة من اللاشعور . وأن اللاشعور يعتبر الرحم بالنسبة للأنا .

الأنماط الفطرية (الأوائلية) : Archetypes

افترض يونج أن محتويات اللاشعور الجمعى تنطوى على صور بدائية Pri- mordial images يطلق عليها اسم «نماذج أولية» ، وهذه النماذج الأولية عبارة عن أفكار أو ذكريات فطرية ، من شأنها أن تهيئ الناس للإدراك والخبرة والعمل والاستجابة والمشاعر والأفكار وفق نماذج مشركة بين الناس ، عبر الأجيال المتعاقبة . فثمة أمور مشتركة بين الإنسان البدائى القديم والإنسان الحديث ، فالإنسان عبر الأجيال المتعاقبة لديه الاستعداد Predisposition لعبادة القوة والسيطرة على نحو ما يظهر فى الحروب بين الأمم . ومثل هذه الظواهر العامة ، لا يمكن أن تنقل عبر الأجيال عن طريق العادة والقانون فقط ، بل إن الإنسان يرث هذه الأنماط ، أو بمعنى أدق يرث الاستعداد للقيام بهذه الأنماط ، وبعض هذه الأنماط الفطرية يرجع إلى الماضى السحيق من حياة الإنسان .

وعلى هذا ، كما يقول يونج .. فإن النماذج الفطرية ما هى إلا أشكال للفهم سابقة الوجود «أى موجودة قبل نشوء الوعى ، وهى التى تهيئ الحدس والفهم على صيغ بشرية ذات توجه معين ، سواء فى الاستجابة العاطفية أم المعرفية أم السلوكية ، فالإنسان وهو يستجيب للأشياء بما هو إنسان .. إنما يستجيب بذلك القاسم المشترك بين الناس جميعا ، وهو فطرية النماذج الأولية والمتأصلة فى صلب تكوينه .

وما هذا الموروث إلا ميل للاستجابة العاطفية والمعرفية والسلوكية على نحو يتسم بالخصوصية ، فالناس تتباين فيما بينها فى استجابتها للأبوين ، والحبيب والغريب والفيضان والموت باستجابات تترجم خبراتها الخاصة .

وقد وصف يونج بعض هذه النماذج الأولية : الأم ، الطفل ، البطل ، وحكمة الشيخ ، والله ، والشيطان والموت .

وكل نموذج من هذه النماذج يولد لدينا ميولاً للتعبير الخاص على نوع المشاعر أو الأفكار التى تربنا بالموقف .

فالنمط الأولى للأم ينتج صورة لشخص الأم ، فالطفل يرث تصوراً ذهنيا عن الأم ، وهذا يحدد إلى حد ما كيف يدرك الطفل أمه هو ، كما أن الطفل يتأثر بطبيعة الأم ، والخبرات التى تربط الطفل بها . ومن هنا ، فإن خبرة الطفل هى نتاج مشترك لاستعداد داخلى لإدراك العالم بصورة معينة» (سيد غنيم ، ٥٨٤) .

ويفترض يونج أن النماذج الأولية تنعكس فى الأحلام وفى الفنون ، وأن الفن غالباً ما يتجلى فى استخدام الثقافة للرموز فى الفن والأدب والدين .

ويذهب يونج إلى أن الأحلام تصدر عن النفس ، وأن لغتها لغة رمزية ، ومن هنا يكون غموضها .

ويرى أن الأساطير تعبيرات أساسية عن النفس البشرية ، وأن الإنسان حينما يفقد قدرته على صنع الأسطورة ، يفقد صلته بالقوة الإبداعية فى وجوده .

ويؤكد يونج أن الأنماط ليست بالضرورة منفصلة إحداهما عن الأخرى فى اللاشعور الجمعى ، وإنما تتداخل وتترابط فيما بينها ، وهذه الأنماط متعددة ، بل إنه يضع تصورات لإبراز هذه الأنماط الأولية تتمثل فى : القناع ، الأنيما والأنيموس ، الظلال والذات .

١- القناع : Persona

وقد استعار يونج الكلمة برسونا Persona ومعناها القناع ليصف به «الوجه الذى يتقدم به الإنسان للمجتمع ؛ ليقوم بأدوار اجتماعية مختلفة ، استجابة للمطالب الاجتماعية التى قد نجد من الضرورى أن نغلف ذواتنا بقدر من الغموض والتمويه وإخفاء كثير عن طبيعة أنفسنا عن الآخرين ، لنتفق ومقتضيات الجماعة ، ومن ثم قد يكون هذه الوجه ، مغايراً لطبيعة أنفسنا .

والشخص الذى يعيش خلف قناع ، هو شخص غريب عن نفسه ، قد ينحرف كثيراً عن مشاعره وتعبيراته الوجدانية الحقيقية ، ولا يستطيع أن يحقق ذاته ، ومن ثم يكون أقرب إلى الأعراض المرضية منه إلى السواء النفسى ، فهو شبه إنسان يحيا مخفياً خلف قناع ، ولا يمكنه تحقيق ذاته .

٢- الظل : Shadow

نمط أولى نرثه عن أجدادنا وأسلافنا السابقين ، وهو يمثل الجوانب المظلمة والفاسدة والتكوين الحيوانى animalistic والأفكار اللاخلاقية وحجم المعاناة والآلام والمكابدة التى يحياها الإنسان .

غير أن للظل جانبا آخر مضيئاً ، يتمثل حسبما يرى يونج فى أنه منبع الحيوية ، ومصدر التلقائية ، وينبوع الإبداع الإنسانى .

فمن خلال العمل السيء ، يتعلم الإنسانى العمل الخير ، ومن خلال الفشل يستطيع أن يبلغ إلى النجاح ؛ لأن الظل ينمى الاستقطابات اللازمة لوجود الإنسان والضرورية لتحقيق وجودة لتحقيق وجود المبدع ، وهو أداة «الأنا» للتعبير عن القوى الكامنة فيه والتى من شأنها أن تحقق للإنسان المتعة والوجود الإبداعى .

٣- الأنيما والأنيموس : Anima and Animus

يؤكد يونج أن الإنسان كائن ثنائى الجنسية Bissexual وأن الأنيما تمثل الخصائص الأنثوية الكامنة فى الذكور ، والأنيموس يعبر عن الخصائص الذكرية الكامنة فى الإناث .

وترتكز هذه الأنماط على حقيقة بيولوجية تؤكد أن الرجال والنساء لديهم قدر معين من الهرمونات الذكرية والهرمونات الأنثوية ، فلا ذكورة مطلقة ولا أنوثة مطلقة .

ويفترض يونج أن هذه الأنماط الأوائلية (الفطرية) قد تطورت عبر عصور سحيقة eons من الزمان فى اللاشعور الجمعى كنتيجة لخبرات الرجل مع المرأة ، والمرأة مع الرجل ، أى إن الرجل يكتسب نتيجة حياته الطويلة مع المرأة عبر العصور، أنوثة ، وأن المرأة تكتسب أيضاً ذكورة ، نتيجة لحياتها الطويلة مع الرجل .

ويمعن يونج فى تصوراته فيؤكد أن الرجال الذين يعاشرون إناثاً أكبر منهم سنا يكتسبون أنوثة نتيجة لذلك والعكس صحيح .

ويؤكد يونج أن الأنيما والأنيموس لابد وأن يتم التعبير عنهما على نحو متوازن لدى الرجل والمرأة ، بغية تحقيق الذات والإمكانات .

الـذات : The self

الذات عند يونج نواة شخصية الإنسان ، وحول هذه النواة تجمع كافة العناصر وتنتظم فى كل فريد .

وحينما تتكامل جوانب النفس وتتحقق ، يتولد لدى الإنسان ، إحساس بالوحدة والانسجام والكلية .

وعند يونج فإن نمو الذات هو الهدف الأقصى لحياة الإنسان ، حيث تحقق الذات Self - realization ، وبلوغ التفردية والرمز البدائى للذات يطلق عليه يونج اسم «ماندلا Mandale» ، أو الدائرة السحرية Magic circle .

ومن وجهة نظر يونج ، فإن الوحدة وتفرد الذات والذى نرمز لهما بالسعى لبلوغ الكمال Completeness يكمنان فى «الماندلا» التى تتشكل من خلال الأحلام والأخاييل Fantasies والأساطير والديانات المتباينة والتجارب المتعالية أو المتسامية Transcendental .

ويرى يونج أن الدين خير معين للإنسان فى نضاله صوب تحقيق الوحدة والكمال ، وفى الوقت نفسه فإن تحقيق التوازن بين جنبات النفس أمر عسير وصعب . ولهذا يرى أننا لا نستطيع تحقيق ذلك التوازن إلا فى منتصف العمر ، فلا نستطيع تحقيق الذات إلا بعد تحقيق التكامل والانسجام بين جوانب النفس ، أى تحقيق التكامل والانسجام بين الشعور واللاشعور ، ومن ثم يحتاج نضوج الذات إلى المثابرة وسلامة الإدراك الحسى أو الحكمة .

والذات التى تقع فى موقع الوسط بين الشعور واللاشعور تكون قادرة على منح الشخصية والتوازن والانسجام وتحقيق التكامل للنفس .

وحينما يتقدم الإنسان من منتصف العمر ، تحل الاتجاهات الانطوائية محل الاتجاهات الانبساطية ، والطاقة النفسية محل الجسمية لإحداث التوازن النفسى .

توجهات الأنـــا : Ego orientations

لعل من أهم إسهامات يونج فى علم الشخصية وصفه لاتجاهين من اتجاهات الحياة هما : مفهومه عن الشخصية الانبساطية extraversion والشخصية الانطوائية introversion ، وكلا الاتجاهين متزامنان ومتحققان فى الشخصية ، إلى أن يصبح لأحدهما الهيمنة على شخصية الفرد ، وتشير الانبساطية إلى توجه فى الحياة يتسم بالاهتمام بالعالم الخارجي وبالأشياء والموضوعات المحيطة بنا ، وعلى هذا فالشخص الانبساطى extravert هو شخص غير ملتصق بنفسه ، متحدث لبق ، ودود المعشر والمسلك والتوجه ، يركز كل طاقته على ما هو مجاوز لنفسه ، دون التصاق بها . وعلى الضد من ذلك يكون الانطوائى ، شديد التركيز على نفسه ، مشغولاً بعالمه الداخلى ، وبأفكاره الخاصة ، ومشاعره الخاصة وتجاربه الذاتية .. هو شخص منغمس فى ذاته .

وعلى نحو أشد دقة يصف الانطوائى ، بأنه منعزل عن الآخرين ، مستغرق فى التأمل ، صوفى النزعة Contemplative ، مستقبلى التوجه ، يجعل من ثرائه الداخلى بؤرة اهتمامه الذاتى .

وعند يونج الإنسان ليس أحادى التوجه ، فقد يعيش الإنسان النقيضين معا ، وقد تكون لأحدهما الهيمنة على شخصية الفرد ، وقد تخفى الهيمنة رغبة لا شعورية فى عدم الهيمنة ، والعكس صحيح .

وعلى أية حال ، فإن يونج يؤكد أن الاتحاد بين النقيضين فى توجهات الأنا

من الممكن أن يسهم فى إيجاد شخصيات منبئة بأنماطها السلوكية ، ومتميزة ، ومستقبلية النزوع .

الوظائف النفسية : Psychological functions

وقد اكتشف يونج أن الانبساطية والانطوائية لايستطيعان وحدهما أن يفسرا التباين الحاصل فى ارتباط الإنسان بالعالم .

ولهذا أضاف إليهما ما أطلق عليه الوظائف النفسية ، وتتكون من أربع وظائف أساسية للنفس : التفكير ، الوجدان ، الإحساس ، والحدس ، وقد جمع يونج التفكير والوجدان معا ، واعتبرهما يمثلان الوظائف العقلية ، فهما يحققان للفرد التكيف الفعال مع خبرات الحياة .

التفكير يمثل النمط العقلى Intellecual فى ارتباطنا بالعالم ، لأنه يحض الإنسان على إضفاء المعنى والقيمة للحياة من خلال استخدام العقل والمنطق ، فى حين أن الوجدان على الضد فى ذلك ، فهو منوط به التركيز على الجوانب العاطفية من خبرتنا الإنسانية ، ومن ثم فهو يقوم بتصنيف المشاعر إلى ثنائيات عاطفية : الخير والشر ، الحسن والردئ ، المقبول اجتماعيا فى مقابل اللامقبول اجتماعيا ، السعادة ، التعاسة .. إلخ .

وإذا كان التفكير وظيفة عقلية ، فإن الوجدان أساس الحكم القيمى ووظيفته تكمن فى الهيمنة على توجه الفرد ؛ من أجل تحقيق التوافق الشعورى سواء أكانت الخبرة سارة أم كانت غير سارة .

الإحساس والحدس : Sence and intuition

الإحساس والحدس وظيفتان غير عقليتين Irrational ، الإحساس هو الإدراك المباشر والواقعي للعالم الخارجي بغير حكم عليه ، والتوجه الحسى من شأنه أن يجعل الفرد قادراً على الإحساس والتذوق والشعور بالاستثارة من العالم المحيط به .

أما الحدس فهو الإدراك اللاشعورى المتعال أو المتسامى للخبرات الحياتية ، والحدس يجعل الفرد قادراً على الإمساك بالأشياء عن طريق التخمين والحس الباطنى أو ذلك الإحساس الحدسى ، بأن شيئاً ما سوف يحدث لنا – الأمر الذى يتيح لنا إضفاء المعنى على حوادث الحياة ، فإذا كان الإحساس يتيح للفرد أن يصور الواقع تصويراً فوتوغرافياً بحيث يحسه على نحو واقعى حسبما يتبدى أمامه ، فإن الحدس يجعلنا نستجيب للصور اللاشعورية ، والرموز الخفية من التجربة الإنسانية .

ويرى يونج أن كل إنسان تتوافر عنده هذه الأضداد ، من انبساط وانطواء ، من تفكير ووجدان ، من إحساس وحدس باطنى يستبق الزمن وينبئ بما هو قادم ومكنون ، وأن هذه الأضداد تضطلع بوظائف نفسية داخل الفرد ، وأن التوازن بين هذه الأضداد هو الذى يقيم السواء النفسى .

ويفترض أن توجهات الأنا الاثنين (الانبساط والانطواء) والوظائف العقلية الأربع ، بمقدرهم جميعا أن يتفاعلوا داخل الفرد ، مكونين أنماطاً شخصية متباينة ، ويضرب مثلاً بذلك :

النمط الانبساطي المفكر : Extravert - thinking type

يتسم صاحبه بالقدرة على التركيز على تعلم الحقائق العملية المرتبطة بالعالم الموضوعى ، وخصائصه النفسية فتجعله هادئاً ودوجماطيقيا Dogmatic ويعيش وفقاً لأدوار حياتية ثابتة ، فى حين أن النمط الحدسى الانطوائى Introvert - intuitive مشغول بإضفاء المعنى على حقيقة العالم الداخلى ، وصاحب هذا النمط غريب الأطوار، يميل إلى العزلة والاختلاف الفكرى مع الآخرين كما يقول هوجان Hogan (١٩٧٦) ، الذى أضاف أن يونج عند وصف هذا النمط كان يقصد وصفاً لنفسه هو .

نمو الشخصية : Personality development

وعلى الضد من فرويد ، يرفض يونج القول بالتثبيت Fixation ، وأن المراحل العمرية الباكرة هى التى تحدد ما يمكن أن تكون عليه الشخصية فى المستقبل من سواء أو لا سواء .

ويرى أن شخصية الإنسان شخصية نمائية ، والنمو عملية تتواصل بغير انتهاء ، وأنها تتصف بالدينامية والتطور .

وأن رحلة الحياة تتصف بالثراء الإنسانى وبالتقدم صوب تحقيق الذات وتواصل التعلم ، وأن حياة الإنسان ما هى إلا كفاح من أجل بلوغ التكامل والانسجام والكلية .

ويرفض القول بالحتمية النفسية : جنسية كانت أم عدوانية ، حسبما ارتأى فرويد .

ويؤكد يونج أن الهدف الأقصى للإنسان هو تحقيق الذات ، باعتباره إنساناً فريداً يسعى إلى تحقيق التفرد Individuation فى كل ما يقوم به من عمل .

والتفرد عنده عملية دينامية ، متواصلة التطور ، تدفع الإنسان إلى البحث عن مواطن القوة والتكامل فى نفسه ، وأن التفرد فى عالم الإنسان ثرى فى محتواه

النمائى، وقادر على التعبير عن عناصر النفس ، وأن «النماذج الفطرية» هى مركز شخصية الإنسان ، ومن خلالها تتأكد لدى الإنسان النزوع صوب مستقبل الوحدة والتكامل ، وأن تحقيق الذات Self - actualization مطلب لا يبلغه إلا الأفذاذ اللامعين من الناس ، الذين أحسنوا إعداد أنفسهم علمياً ونفسياً وروحياً .

تلك بعض افتراضات يونج الفكرية والتصورية والتأملية والنفسية ، والتى وقفت موقفاً مناهضاً من كثير من أفكار فرويد .

وقد تأثر علماء النفس الإنسانيون بما قدمه يونج من تصورات وتنظيرات نفسية ، ورؤية جد متفائلة ومستقبلية بوجود أفضل للإنسان .

يقول (دراى Dry ، ١٩٨١ ؛ وستيفن Steven ، ١٩٨٣) إن يونج أثرى مفهومنا عن بنية ومكونات النفس الإنسانية ، واللاشعور الجمعى والنماذج الفطرية ، وعلى الرغم من أن أفكاره يستحيل التحقق من صحتها إمبريقيا ، إلا إنها سحرت واستقطبت كثيًار من الناس ، بما تملكه من حفز على التأمل واستثمار الثراء النفسى الإنسانى ، ولا سيما تركيزه على اللاشعور باعتباره ينبوعا للثراء والحكمة والحيوية فى الوجود الإنسانى .

ويتفرد يونج بأنه عالم النفس الوحيد الذى أكد الجوانب الإيجابية للدين والروح والتجارب المتعالية ، ولهذا يؤكد Matton (١٩٨١) ، أن علماء اللاهوت والفلاسفة والمؤرخين وعلماء النفس الإنسانيين قد وجدوا فى كتابات يونج استبصارات إبداعية ، من خلال تأكيده الأساطير والفلكلور والأحلام والأخاييل والقوى الروحية الكامنة فى صلب تكوين الإنسان .

ولعل من أهم المفاهيم العلاجية عند يونج مفهومه عن «عملية التفرد» ، فالعصاب ينتج من تفتت عناصر الشخصية وعدم تناغم منظمات الشخصية ، وخاصة بين الأنا والقناع واللاشعور الجمعى ، وأن المرض هو تفكك وتفتت عناصر الشخصية ، والعلاج هو تجميع هذه العناصر ليصبح الفرد متماسكاً من جديد ، عن طريق البحث فى ذاته واكتشافه للرموز الخاصة به ، ومساعدته على إعادة إقامة التناغم والانسجام بين عناصر هذه الرموز الخاصة ، فإذا اكتشف الجوانب الروحية فى تكوينه واستطاع أن يحقق التماسك والتناغم بين عناصر شخصيته تحقق له العلاج ، وانطلق معبراً عن إمكاناته وقدراته المفعمة بالثراء والحيوية .

أيريــــك فــــروم
Erich Fromm

يكاد يكون فـروم من أبرز علمـاء النفس وأكـثـرهم تأكـيـداً على المحـددات الاجتماعية socisl determinants ، وقد أكد فروم – بوصفه عالماً فى الإنسانيات – أن السلوك يمكن فـهمه فقط فى ضوء القـوى الثقافيـة والحضارية الحـاصلة فى زمن معين .

يقول فروم فى مفتتح كتابه «الهروب من الحرية» Escape From Freedom إذا أردنا أن نفهم ديناميات العملية الاجتـماعيـة ، علينا أن نفهم ديناميـات العمليات النفسية العاملة داخل الفرد ، على نحو يتوجب علينا أن نراه فى سياق الحضارة التى تشكله» .

ويؤمن فروم بأن الحاجات الفريدة للإنسان قد تنمو عبر تطور البشرية ، وأن الأنظمة الاجتماعية المختلفة ، قد أثرت بدورها على أسلوب هذه الحاجات فى تعبيرها عن نفسها عبر عصور الإنسان .

وعلى هذا ، فإن الشخصية هى نتاج التفاعل الدينامى بين الحاجات المتأصلة فى الطبيعة الإنسانية والقوى ، التى تم ممارستـها من خلال المعايير والمؤسسات الاجتماعية .

إن أيريك فـروم كـان أول عـالم نفس ، اسـتطاع أن يشكل نظرية عن أنماط الشخصية قائمة على تحليل اجتماعى ، مضمونه –كما يقول – إن الناس من خلال النشاط الاجتماعى يشكلون العملية الاجتماعية والثقافية نفسها .

ســـيرة حيـــاة :

ولد فروم فى عام ١٩٠٠ فى فرانكفورت بألمانيا ، وهو الابن الوحيد لأبوين يهوديين .

وقد نشأ فى عالمين مختلفين أحدهما العالم اليهودى الأرثوذكسى التقليدى ، والآخر هو العالم المسيحى ، كما أن حياة أسرته لم تصل لدرجة المثالية ، فقد وصف والديه بأنهم عصـابيون Highly neurotic بدرجة عـاليـة وبأنه طفل عصـابى لا

يطاق. (فنك Funk ، ١٩٩٢) .

وعندما اشتعلت الحرب العالمية الأولى فى أوروبا ، كان عمر فروم آنذاك أربعة عشر عاما ، وعلى الرغم من أنه كان صغيراً على الاشتراك فى الحرب والقتال ، إلا أنه كان شديد الحيرة مما يحيط به من دمار إنسانى ولا معقولية ،وقد كتب بعد ذلك يقول «كنت شاباً صغيراً ، شديد الانزعاج ، يطارده سؤالا ، كيف قامت الحرب ؟ ولماذا بهذه الوحشية ، أهذا ممكن .. لقد كنت مدفوعاً برغبة عارمة لفهم لاعقلانية السلوك الإنسانى ، وبرغبة متحمسة لتحقيق السلام والتفاهم الدولى» . (فروم ، ١٩٩٢ ، ص ٩) .

وتشكلت الإجابة عن هذه التساؤلات من خلال بحثه ودراسته لكل من فرويد وكارل ماركس .

ساعدته كتابات فرويد على فهم أن الإنسان يحيا مدفوعاً بقوى لا معقولة تدفعه دفعاً ، وأن الإنسان لا يعى محددات سلوكه العميق ، وتعلم من ماركس أن القوى السياسية والاجتماعية يكون لهما تأثير قوى فاعل على حياة الناس .

وعلى الضد من فرويد ويونج وأدلر ، لم يتلق فروم تدريباً طبياً ، فقد درس علم النفس وعلم الاجتماع والفلسفة ، وحصل على الدكتوراه من جامعة هيدلبرج Heidl-berg عام ١٩٢٢ ، بعد ذلك تلقى تدريباعلى التحليل النفسى فى معهد برلين للتحليل النفسى Berlin Psychianalytic Institute ثم هاجر إلى الولايات الأمريكية ١٩٣٤ ، هروبا من التهديد النازى ، وفى شيكاغو عمل محاضراً فى معهد التحليل النفسى ، ثم انتقل بعد ذلك للعمل فى مدينة نيويورك ، ونشر كتابه الأول ١٩٤٠ «الهروب من الحرية» .

وفى هذا الكتاب أكد أن القوى الاجتماعية والأيدلوجية لها الاعتبار الأول فى تشكيل شخصية الإنسان ، ثم رسخ هذا المعنى فى كتبه الأخرى ، الأمر الذى أفضى إلى إجباره على الانسحاب من الرابطة الدولية للتحليل النفسى (Roazen, 1973) .

وفى عام ١٩٤٥ التحق بمعهد William Alanson White Institute Psy-chiatry ، وألقى كثيراً من المحاضرات فى جامعات متعددة فى الولايات المتحدة ، وعمل كأستاذ للطب النفسى فى الجامعة الوطنية فى مكسيكوسيتى من ١٩٤٩ ، حتى تقاعده عام ١٩٦٥ ، وفى عام ١٩٧٦ ، رحل وزوجته إلى سويسرا واستمر فيها حتى وفاته أثر أزمة قلبية عام ١٩٨٠ .

النظرية الإنسانية : المفاهيم والمبادئ الأساسية :

Human Theory : Basic Concepts and Principles

كان الهدف الأساسى عند فروم هو توسيع مجال نظرية التحليل النفسى التقليدية ، بتأكيده الدور الذى تلعبه العوامل الاجتماعية والسياسية والاقتصادية والدينية والأنثروبولوجية فى تشكيل شخصية الإنسان ، وبدأت نظريته بتحليل الحالة الإنسانية وكيف تغيرت من نهاية العصور الوسطى (مع انتهاء القرن الخامس عشر) حتى يومنا هذا .

وقد وصل من تحليلاته التاريخية إلى أن جوهر الوجود الإنسانى يكمن فى الوحدة والانعزال والاغتراب Alienation . وفى الوقت نفسه، اعتقد «فروم» أن كل فترة من فترات التاريخ ، تميزت بعلو شأن الفردية Individuality ، فقد ناضل الناس وكافحوا من أجل تحقيق الحرية الشخصية كيما يطوروا الإمكانات الكامنة .

ومع هذا فإن الإحساس بالاستقلالية والقدرة على الاختيار التى يتمتع بها الناس فى المجتمعات الغربية المعاصرة ، يأتى على حساب فقدان الأمن وفقدان الشعور بالقيمة.

ويرى فروم أن الانفصال الأساسى بين الحرية والأمن هو سبب هذه الأزمة الفريدة فى الحالة الإنسانية ، فالإنسان يناضل من أجل الحرية والاستقلال ، ولكن نضاله لا يسفر إلا عن مشاعر اغتراب عن الطبيعة والمجتمع .

ها هنا تكون الناس فى حاجة للقوة والقدرة على الاختيار فى حياتهم ، بيد أنهم فى حاجة إلى الشعور بالتواصل والارتباط مع غيرهم من الناس ، وأن حدة الصراع الذى يعيشه الإنسان المعاصر ، وتباين الطرق التى تستخدم فى حل هذا الصراع، تستند فى الاعتبار الأول إلى طبيعة النظام السياسى والاجتماعى السائد داخل المجتمع.

آليات الهروب : Mechanisms of Escape

يطرح فروم هذا التساؤل : كيف يمكن للإنسان المعاصر أن يتغلب على حالة الاغتراب والعزلة والتفاهة التى تصاحب الشعور بالحرية ؟ هنا يصف فروم عدداً من الاستراتيجيات ، التى يستخدمها الإنسان المعاصر للهروب من الحرية .

أولى هذه الآليات يطلق عليها «فروم» التسلطية Anthoritarianism ، تلك التى تدفع الفرد إلى «التخلى عن حريته وعن استقلاله الذاتى بالاندماج مع شخص أو

جماعة تمنحه الشعور بالقوة ، أو هى البحث عن روابط ثانوية جديدة كبديل للروابط الأولية المفتقدة» .

والروابط الأولية عند فروم ، هى تلك التى تعطى الفرد الشعور بالأمن ، والشعور بالأمن حاجة نفسية ينبغى أن تشبع والإنسان ما يزال فى المهد صبيا ، وإشباع هذه الحاجة يعنى أن يتقدم الفرد نحوه الحرية الإيجابية «وأن يتعلق بالعالم على نحو تلقائى بالحب والعمل ، معبرا بذلك عن إمكاناته العاطفية والحسية والعقلية على نحو خلاق» (ص ١٦٣) .

أما إذا حدث – كما يقول فروم (١٩٧١) – وتقطعت الروابط الأولية التى تمنح الإنسان بالأمن .. فإنه يبحث عن بدائل «ثانوية» تمنحه الشعور بالأمن ، وترد إليه الإحساس بالقوة والأمان ، وهذه القوة قد تكون شخصاً ، أو مؤسسة ، أو إلها ، أو أمة – أو ضميراً ، أو قهرا نفسيا» (ص ١٢٠) .

والتسلطية التى يتحدث عنها فروم ، ليست «أحادية البعد» وإنما هى مركب نفسى يجمع بين الرغبة فى الهيمنة والرغبة فى الخضوع ، أو ما أطلق عليه فروم «الرغبات السادية ، والرغبات الماشوسية» وبين فروم أن هذا المركب النفسى (Sado - maschositic) كامن ومتأصل فى الناس جميعا – أسوياء وعصابيين – ولكن بدرجات متفاوتة ، وأن كلا من الرغبات السادية والماشوسية تميل إلى مساعدة الفرد على تجاوز شعوره الذى لا يطاق بالوحدة والعجز واللاجدوى .

وقد أسفرت نتائج دراسته عن التسلطية – كلينيكيا وتجريبيا – على أن التسلطيين ممتلئون إحساسا بالذنب ، وبتعذيب الذات ، وأحيانا بطقوس وأفكار قهرية أشبه بطقوس وأفكار العصابيين القهريين ، وهم لا يشعرون بالأمن وممتلئون رعبا بشعور لا يطاق بالوحدة واللاجدوى ، وإنهم يواجهون العالم بوصفه عالماً بوصفه مغترباً ومعاديا ، وأن الشخص السادى يحتاج إلى موضوع تسلطه بقدر ما يحتاج إليه الشخص «الماشوسى» . وأن الشخصية التسلطية تحب الظروف التى تحد من الحرية الإنسانية .. وأنها تحب الخضوع للقدر فيتوقف وضعها الاجتماعى على ما يعنيه القدر بالنسبة لها» (ص ١٨٥) .

وهكذا يؤكد فروم (١٩٧٥) التكوين النفسى للشخصية التسلطية ، وما ينطوى عليه من دوافع نفسية تتخذ لنفسها دلالات سلوكية فى تصرفات المتسلطين تقوم على عشق القوة ، والحض على العدوان ، والتوحد مع نماذج القوة ، وأن جوهر هذه التسلطية يكمن فى الحضور التلقائى للدوافع السادية والماشوسية» (ص ١٨٠) .

ويرى (١٩٧٥) أن التدميرية هى هرب من شعور لا يحتمل بالعجز Power-lessness والوحدة والعزلة ، .

وأخيراً يعتقد فروم أن الناس تستطيع أن تهرب من مشاعرهم بالدونية والوحدة والاغتراب ومن المسايرة غير المشروطة مع المعايير الاجتماعية التى تحكم السلوك ، ويصوغ هذا المصطلح مسايرة الإنسان الآلى automation conformity للتعبير عن أن الإنسان المعاصر يستخدم آليات ، تجعله متطابقاً مع الآخرين ، بأن يسلك على نحو تقليدى محض ، ووفقا لما يريده المجتمع .

يقول فروم «إن الفرد يكف عن أن يكون نفسه ، إنه يعتنق تماما نوع الشخصية المقدمة إليه من جانب النماذج الثقافية، ولهذا فإنه يصبح على النحو الذى يتوقعون منه أن يكون . إن الهوة بين «الأنـا» والعالم تختفى ، ويختفى معها الشعور بالوحدة والعجز ... والشخص الذى تنازل عن فرديته ، يصبح آلـة ، متطابقاً مع ملايين الآخرين المحيطين به ، لا يحتاج إلى أن يشعر بأنـه وحيد وقلق . وعلى أية حال فإن الذى يدفعه غال .. إنه فقدان نفسه» (ص ٢٠٨) .

وعلى نقيض الحيل الهروبية الثلاث للهروب من الحرية ، يفترض «فروم» أن الناس بمقدورها أن تهرب من شعورها بالوحدة النفسية Loneliness والاغتراب من خلال ما يطلق عليه «الحرية الإيجابية» .

الحرية الإيجابية : Positive Freedom

يؤكد فروم أن الناس بمقدورهم أن يشعروا بالتفرد والاستقلال ، دون أن يفقدوا إحساسهم بالوحدة Unity والانسجام مع الآخرين ومع الواقع الاجتماعى.

ويطلق فروم على هذا النوع من الحرية الذى يجعل الفرد جزءاً من العالم ومنفصلا عنه بالحرية الإيجابية .

ويتطلب تحقيق الحرية الإيجابية تصرف الناس بتلقائية Spontaneously وفاعلية فى حياتهم .

ويؤكد فروم أن النشاط التلقائى هو قاسم مشترك لدى الأطفال أنهم يتصرفون وفقاً لطبيعتهم الداخلية ، وليس وفقاً لتقاليد أو محرمات Prohibitions اجتماعية .

وفى كتابه «فن الحب» "The Art of Loving" (١٩٧٤) ، يؤكد فروم أن الحب والعمل هما المكونان الأساسيان لتنمية الحرية الإيجابية من خلال عملية التفاعل التلقائى .

ومن خلال الحب والعمل يعبر الناس عن اتحادهم مع بعضهم ، دون تضحية بإحساسهم بالفردية أو التكامل .

حاجات الإنسان الوجودية : Human Existenal

يؤكد فروم أن الطبيعة الإنسانية تنفرد بخمس حاجات وجودية ، وهذه الحاجات ليس لديها ما تفعله إزاء الغرائز الجنسية والعدوانية .

وقد افترض فروم (١٩٧٣) إن الصراع بين النضال من أجل الحرية ، والنضال من أجل الأمن هو أشد قوة دافعة فى حياة الناس ، ويرى أن ذلك هو مهمة التحليل النفسى الإنسانى . لقد توصل فرويد إلى القوة الدافعة التى تواجه ميول الإنسان وغرائزه ، وكان يعتقد أنه عثر على هذه الطاقة فى الليبيدو ، بيد أن الدافع الجنسى وما يتفرع عنه مهما بلغت شدته وقوته ليس أقوى ما عند الإنسان من دوافع ، ولا يرجع الاضطراب النفسى إلى إحباط هذا الدافع الجنسى .

إن أقوى الدوافع التى توجه سلوك الإنسان تنبثق من ظروف وجوده أو من موقفه الإنسانى من الوجود .

وتتمثل هذه الحاجات الوجودية الخمس فى :

أولاً : الانتماء (الارتباط) فى مقابلة النرجسية :

Reltedness Vs. Narcissim

لقد انفصل الإنسان من توحده البدائى مع الطبيعة ، مختلفاً بذلك عن الوجود الحيوانى الذى يتميز وجوده بذلك التوحد . وهذا مردود إلى أن الإنسان يملك العقل والخيال ، ويعى وحدته aloneness وانفصاله ، ويعى جهله وعجزه Power-lessness .

وهو لا يستطيع أن يواجه هذه الحالة من الوجود للحظة ؛ إذ لم يستطع أن يجد روابط جديدة مع الآخرين من أبناء جنسه ، تحل محل الروابط القديمة التى تحكمها الغرائز ، حتى إذا أشبع كل حاجاته الفسيولوجية ، فإنه سوف يخبر وحدته وتفرده وكأنهما سجن عليه أن يتحرر منه لكى يحتفظ بصحته .

وثمة وسائل متعددة من شأنها تحقيق هذا الاتحاد ، فالإنسان قد يحاول التوحد مع العالم عن طريق «الخضوع» Submission لشخص ، أو لجماعة أو لمؤسسة .

وعندئذ يتجاوز انفصاله عن وجوده الفردى بأن يصبح جزءاً من كيان أو شىء

أكبر منه ، ومن ثم يستمد شعوره بهويته بتواصله مع هذه القوة التى يخضع لها؛ وقد يحاول أن يقهر شعوره بالانفصال بطرق مضادة ، كان يتوحد مع العالم بالهيمنة do-mintion على الآخرين .

وثمة عنصر مشترك فى طبيعة الروابط الإنسانية يجمع بين الرغبة فى الهيمنة والرغبة فى الخضوع ، المهيمن والخاضع (السيد والمسود) كلاهما يفقد سلامته النفسية وحريته ، ويعيش كل منهما معتمداً على الآخر ، ومنفصلاً عنه ، لكى يشبع رغبته فى الارتباط ، بيد أنه يحيا فاقداً قواه الداخلية وقدرته على الاعتماد على الذات ، تلك التى تحتاج إليهما الحرية الإنسانية والشعور بالاستقلال ، ويحيا كلاهما مهدداً بالوعى أو اللاوعى ، بشعور بالعداء الذى ينشأعن مثل هذه الروابط .

إن كلاً من الخاضع (الماشوسى Msochistic) والمهمين (السادى Sadistic) لا يمكن أن يحققا الشعور بالرضا والإشباع ، كما لايكفى الخضوع والهيمنة (ومن الهيمنة التملك Possession ، الشهرة) لتكوين الشعور بالهوية والتوحد السليم.

وثمة اتجاه واحد يستطيع الإنسان أن يشبع حاجته إلى التوحد مع العالم ، وفى الوقت نفسه يحقق فرديته وتكامله ، وذلك هو «الحب» . الحب هو اتحاد مع شخص آخر أو شيء آخر ، مع «احتفاظه بانفصاله وتكامله استقلال ذاتيته» إن الحب خبرة نفسية ممتلئة شعوراً بالمشاركة والتواصل ، ومن ثم يسمح بإفصاح المجال ما عند الإنسان من مناشط داخلية . وفى الحب لا تعد هناك ضرورة للأوهام ، ولا حاجة لتضخيم صورة الذات لدى الآخر أو لدى الذات ؛ لأن فاعلية المشاركة والمحبة تسمح لك بتجاوز وجودك الفردى ، وفى الوقت نفسه تسمح لك بالشعور بأن تملك القوى الإيجابية التى تمكنك من مواصلة المحبة . وما يهم هو نوعية quality الحب وليس موضوعه . فالحب قد يكون خبرة إنسانية تدعو إلى التماسك مع أبناء الجنس البشرى قاطبة ، وقد يكون فى العشق بين الرجل والمرأة ، أو فى حب الأم لطفلها ، بل قد يكون فى حب الفرد لنفسه كموجود بشرى ، الحب خبرة خفية ، صوفية التوحد . فى الحب أكون واحداً مع «الكل» ، ومع ذلك أكون نفسى ، ككائن فريد منفصل ومحدود وفان ، وللحقيقة ، الحب مولود يتجدد ميلاده دوماً ! .

الحب ! واحد مما أسميه التوجه المنتج Productive orientation فى الحياة : وأقصد به تواصل الإنسان النشط والخلاق تجاه غيره من بنى جنسه ، وتجاه نفسه وتجاه الطبيعة ، ففى مجال «الفكر» يعبر التوجه المنتج عن العالم تعبيراً سليماً بالعقل ، وفى مجال العمل action يعبر التوجه عن العمل تعبيراً منتجاً .

وفى مملكة «الوجدان» ، فإن التوجه المنتج يعبر عن الحب ، بتوحد الواحد مع الآخر ، مع الناس أجمعين ومع الطبيعة ، مع بقاء شعور الفرد بالتكامل والاستقلال . وفى الحب ثمة تناقض ظاهرى يحدث بين اثنين يصبحان شخصاً واحداً مع بقائهما منفصلين ، وإذا قدر لى أن أحب شخصاً واحداً ، ولا شىء سواه ، وإذا كان هذا الحب سيجعلنى أشعر بأنى مغترب ومنفصل عن الآخرين ، فإن ذلك لا يسمى حباً ، لأنى حينما أقول «أنا أحبك» ، فإنما أقول أحب فيك الإنسانية جمعاء ، وكل الكائنات الحية ، وأحب فيك نفسى أيضاً» (*) .

وحب الذات Self - Love هاهنا يكون على الضد من الأنانية تماماً ؛ لأن الأنانية فى صميمها تمركز شره للفرد حول ذاته ، تمركز يعوضه عن فقدانه الحب الحقيقى لذاته . بيد أن الحب الحقيقى على الرغم مما فيه من مفارقة واضحة يجعلنى أشد استقلالية وقوة وسعادة ، فالاثنين فى واحد ، ففى الحب أكون أنا أنت – أنت أيها المحبوب ، أنت أيها الغريب – أنت – كل شىء حى ، ومن ثم نجد فى الحب الحل الوحيد لمشكلة الوجود الإنسانى ، ونجد الصحة النفسية .

ويحتوى الحب المثمر على مجموعة من الاتجاهات : الرعاية والمسئولية والاحترام والمعرفة ، فإن أحببت فردا عنيت به ، واهتمت اهتماماً إيجابياً بنموه وسعادته ، فلا أقف أمامه موقف المتفرج ، فأنا مسئول عنه ، استجبت لحاجاته التى يعبر عنها ، والتى لا يعبر عنها ، كما إنى احترمه وأنظر إليه كما هو نظرة موضوعية، لا تشوهها رغباتى ومخاوفى ، وأنا – بعد هذا كله – لابد أن أفهمه وأعرفه ، فأنفذ إلى صميم وجوده ، وتتواصل أعماقى مع أعماقه ، من صميم وجودنا .

والحب المثمر حينما يقوم على أساس من المساواة ، يكون حباً أخويا . وفى الحب الأمومى .. فإن العلاقة تنشأ فيه على أساس من عدم المساواة بين فردين ، فالطفل لا حول ولا قوة له ، ومعتمد على الأم ، ولكى ينمو ينبغى أن يستقل رويداً رويداً إلى الحد الذى لا يحتاج فيه إلى أمه . وهكذا تكون العلاقة بين الطفل والأم علاقة تنطوى على مفارقة Paradoxical ، هى علاقة تراجيدية ؛ إذ إن هذه العلاقة تتطلب أشد أنواع الحب كثافة من جانب الأم ، ومع ذلك فإن هذا الحب نفسه ، ينبغى أن يسهم فى استقلال الطفل عن أمه ، وفى أن يصبح مستقلاً تماماً ، فمن الميسور للأم أن تحب طفلها قبل بداية هذا الانفصال عنه ، لكنها مهمة يفشل فيها الكثير من

(*) I ove in you all of humanity, all that is alive, I love in you also myself .

الأمهات ، وهى أن تحب الطفل ، وفى الوقت نفسه تسمح له بالانفصال عنها ، بل وتريد هذا الانفصال .

أما الحب الشبقى erotic love فيتأثر بعامل آخر ، التوحد والاندماج الشبقى Fusion مع آخر ، فإذا كان الحب الأخوى يتعلق بالناس جميعا ، والحب الأمومى يتعلق بطفل وبكل ما يحتاج إليه من مساعدتها ، فإن الحب الشبقى يتجه نحو شخص واحد ، ومن الناحية السوية يكون من الجنس الآخر . ويبدأ الحب الجنسى بالانفصال ، وينتهى بالتوحد Oneness بيد أن الحب الأمومى ، يبدأ بالتوحد وينتهى بالانفصال ، لأن تحقق الاندماج الشبقى فى الحب الأمومى كارثة تدمر الطفل ككائن مستقل ، لأن الطفل يحتاج إلى الانفصال عن أمه لا إلى التعلق بها ، وإذا كان الحب الشبقى يخلو من الحب الأخوى ، لا تدفعه إلا رغبة الاندماج الشبقى ، فهو رغبة جنسية بغير حب أو انحراف فى الحب ، كما نلمسه فى ألوان الحب السادى الماشوسى .

إن من أهم مفاهيمنا عن حاجات الإنسان ، حاجته لأن يكون منتميا ، والفشل فى تحقيق أى نوع من الانتماء يفضى إلى النرجسية Narcissism .

إن الحقيقة الوحيدة التى يدركها الطفل هى بدنه وحاجاته ، حاجاته النفسية وحاجته إلى الدفء وإلى الحب ، فهى يعى أن «الأنا» منفصل عن «الأنت» Thou ، حيث لا يزال فى حالة من التوحد مع العالم ، ولكن هذا التوحد يكون قبل يقظة إحساس الطفل بالتفرد والحقيقة ، فالعالم الخارجى بالنسبة له يوجد كمصدر لإشباع حاجاته الخاصة ، كالحاجة إلى الطعام وإلى الدفء ولا يدركه الطفل كشىء أو كشخص ما على نحو موضوعى وحقيقى .

وهذا التوجه هو ما أطلق عليه «النرجسية الأولية» Primary Nacissism .

وفى النمو السوى ، فإن حالة النرجسية تُقْهر ببطء ، بنمو وعى الطفل بالحقيقة خارجه ، وبالنمو المتناظر بإحساسه بـ «الأنا» كشىء مختلف عن «الأنت» . ويحدث هذا التغير أولاً على مستوى الإدراك الحسى ، عندما يدرك حسياً أن الأشياء والناس مختلفة وكينونات نوعية specific entities ، وهذا الإدراك هو أساس إمكانية الطفل على الكلام ،وعلى تسمية الأشياء قبل افتراض معرفته بها ككائنات منفصلة وقائمة بذاتها .

وهذا الإدراك يأخذ وقتا طويلا حتى يمكن قهر الحالة النرجسية وجدانيا emo-tionally ، فحينما يبلغ الطفل السابعة أو الثامنة من عمره ، فإن الناس يظلون موجودين بالدرجة الأولى كوسائل لإشباع حاجاته ، بيد أن القابلية للتغير تكمن فى

وظيفة إشباع هذه الحاجات ، وقد تكون هذه القابلية فى حوالى الثامنة أو التاسعة عندما يصبح الآخر موضوعاً لحب الطفل ، أو كما يقول سوليفان Sullivan عندما يشعر الطفل أن حاجات الآخر مهمة كحاجات الخاصة .

إن النرجسية الأولية ظاهرة سوية ، تتطابق مع النمو النفسى السوى والنمو العقلى للطفل ، بيد أن النرجسية توجد أيضاً فى مراحل متأخرة من الحياة وهى ما يطلق عليها فرويد «النرجسية الثانوية» secondary narcissism ، فالطفل إذا ما فشل فى تنمية القدرة على الحب ، أو خسر هذه القدرة مرة أخرى ، فإن النرجسية تصبح لباب كل ما يعانيه من أمراض عقلية Psychic Pathology ، فمن الناحية النرجسية يحيا الشخص فى كنف حقيقة واحدة ، هى أفكاره ومشاعره وحاجاته الخاصة ، فهو لا يستطيع أن يدرك العالم ويخبره على نحو موضوعى ، بل يخبره ويدركه ضمن مطالبه وحاجاته الخاصة فقط ، ومعظم الأنماط المتطرفة فى النرجسية ينظر إليها كأنماط للاختلال العقلى Insanity.

إن الشخص المختل عقليا هو شخص فقد اتصاله بالعالم ، انسحب من العالم إلى داخل نفسه ، ومن ثم فهو لا يستطيع أن يدرك الحقيقة ، لا من الناحية الداخلية ، وهو لا يستطيع أن يتفاعل مع العالم الخارجى ، وإذا ما تحقق هذا التفاعل ، فإنه سيكون تفاعلاً زائفاً ، ومن نسج أفكاره ومشاعره الخاصة . ولهذا فإن النرجسية على الضد من الموضوعية والعقل والحب .

وثمة حقيقة أن الفرد إذا ما فشل فشلاً مطبقاً فى تحقيق الانتماء إلى العالم ، أدى به ذلك إلى الاختلال العقلى ، وأن الصحة النفسية تتطلب نوعا من أنواع الانتماء، ومن بين الأشكال المتعددة للانتماء ، يكون فقط الحب المثمر ، فهو الذى يحقق للفرد حريته وتكامل وجوده ، وفى الوقت نفسه ، التوحد مع آخر من بنى الإنسان .

ثانياً : التسامى ، الإبداع فى مقابل النزعة التدميرية :

Transcendence, Creativity Vs. Destructiveness

وثمة جانب آخر من الموقف الإنسانى ، يتصل اتصالا حميما بحاجته إلى الانتماء relatedness ، هو موقف الإنسان «كمخلوق» creatutre ، يحتاج إلى تجاوز حالة الخلق السالبة ، فالإنسان قذف به إلى العالم دون علم ، أو موافقة أو إرادة منه . وفى هذا لا يختلف فى شىء عن الحيوان أو النبات أو المواد غير العضوية inorganic matter ، ولكنه مخلوق مزود بالعقل والخيال ، ومن ثم فهو لا يقنع بالدور السلبى

الذى يلعبه غيره من المخلوقات ، إنما يدفعه بقوة دفع إلى تجاوز دور المخلوق ، دور الوجود الصدفى accidentalness السلبى ، بأن يكون «خالقاً» Creator ، أى مبدعا .

إن الإنسان يستطيع أن يبدع فى الحياة ، بيد أن هذه الخاصية الخارقة miraculous تشاركه فيها الكائنات الحية . ولكن الإنسان يتميز وحده عن هذه الكائنات بوعيه أنه مخلوق وخالق . الإنسان يستطيع أن يخلق الحياة ، أو بالحرى المرأة تستطيع أن تخلق الحياة بإنجابها طفلاً ، وعنايتها بهذا الطفل حتى ينمو نموا كافياً للعناية بحاجاته الخاصة .

والإنسان - رجلاً كان أو امرأة - يستطيع الخلق بغرس البذور ، بإنتاج الأشياء المادية ، بإبداع الفن ، بإبداع الأفكار ، بتبادل الحب مع الآخر . وفى عملية الإبداع هذه يتجاوز الإنسان نفسه كمخلوق ، ويرتفع عن مستوى السلبية والمصادفة (العشوائية) فى وجوده إلى الوجود الممتلئ سعيا وغائية Purposefulness وحرية . وفى حاجة الإنسان إلى التجاوز (التسامى) Transcendence توجد جذور الحب والفن والدين والإنتاج المادى .

وتستلزم عملية الإبداع بذل النشاط والرعاية ، كما يستلزم الحب أن يحب المبدع ما يبدعه ، وكيف يستطيع الإنسان أن يحل مشكلة التجاوز إذا لم يكن قادرا على الإبداع ، وإذا لم يكن قادراً على الحب ؟ وهناك إجابة أخرى لهذه الحاجة إلى التجاوز ، فإذا لم استطع أن أخلق الحياة ، فإننى أدمرها ، لأن تدمير الحياة يجعلنى أتجاوزها أيضاً . وفى الحقيقة إن الإنسان يستطيع تدمير الحياة بالقدرة الفذة نفسها التى يستطيع بها الإبداع فيها ، لأن الحياة فى ذاتها معجزة تستعصى على التفسير .

وفى الحقيقة إن الإنسان فى التدمير يضع نفسه فوق الحياة ، ويتجاوز نفسه فوق الحياة ، ويتجاوز نفسه كمخلوق ، ومن ثم فإن الاختيار الوحيد أمام الإنسان ليتجاوز نفسه هو أن يبدع أو أن يدمر ، أو أن يحب ، أو أن يكره ، وهذه الإرادة الكبرى للتدمير التى نراها فى تاريخ الإنسان ، والتى نشهدها على نحو مرعب ومخيف فى وقتنا الحاضر، هى من صميم طبيعة الإنسان ، كما أن الدافع إلى الإبداع من صميم طبيعته . والقول بأن الإنسان قادر على تنمية إمكاناته الأولية على الحب والعقل لا ينطوى على الاعتقاد الساذج Naïve بخيرية الإنسان ، ففى الجانب الآخر من وجود الإنسان تكمن النزعة التدميرية destructiveness كإمكانية ثانوية Secondary Potentiality لها الكثافة والقوة نفسها فى وجوده . بيد أن النقطة المحورية التى أركز عليها فى مناقشتى : أنه لا مناص للإنسان من اختيار الإبداع أو التدمير ، الحب

أو الكراهية . وكلاهما ليسا غريزتين لتستقل إحداهما عن الأخرى ؛ إذ إن كلتيهما تمثل حلاً للحاجة نفسها ، الحاجة إلى التجاوز إلى التسامى ، وإن إرادة التدمير ترتفع حينما لا تشبع إرادة الإبداع ،ومع ذلك فإن إشباع الحاجة إلى الإبداع يؤدى على السعادة ، فى حين أن التدميرية تؤدى إلى مكابدة المعاناة ، للمدمر نفسه قبل غيره .

ثالثاً : الأخوة - التجذر فى مقابل المحارمية :

Rootedness - Brotherliness Vs. Incest

إن مولد الإنسان كإنسان يعنى بداية خروج الإنسان من موطنه الطبيعى ، بداية انفصاله عن روابطه الطبيعية ، غير أن هذا الانفصال يخيف الإنسان ، لأن الإنسان إذا ما فقد جذوره الطبيعية ، حيث لا يعرف أين يوجد ؟ ولا من يكون Where is he and who is he ، ومن ثم يقف وحيدا بغير وطن أو جذور ، ولن يستطيع تحمل الشعور بالعزلة والعجز فى هذا الموقف ، فيختل عقله . وبمقدوره أن يستغنى عن جذوره الطبيعية ، إذا ما وجد فقط جذوراً «إنسانية» جديدة ، وبعد أن يجد هذه الجذور الإنسانية الجديدة يستطيع أن يشعر أنه فى موطنه مرة أخرى فى هذا العالم .

فهل من العجب عندئذ ، أن تكون لدى الإنسان رغبة عميقة فى الإبقاء على روابطه العميقة ، وأن يكافح ضد انتزاعه من الطبيعة ، ومن أمه ، ومن أواصر الدم والأرض .

إن أهم روابط الطبيعة هى تلك التى تربط الطفل بأمه .. إن الطفل يبدأ حياته فى رحم الأم ، وفى رحم الأم يتواجد فترة أطول مما يلبث معظم الحيوانات ، وبعد الميلاد يبقى عاجزا من الناحية الجسمانية ، معتمدا كل الاعتماد على أمه ، وتمتد فترة العجز والاعتماد على الأم فترة أطول مما تمتد مع أى حيوان آخر . وفى السنوات الأولى من حياة الطفل لا يحدث أى انفصال بينه وبين الأم ، فإشباع كل حاجاته الفسيولوجية ، وحاجته الحيوية للدفء والمحبة يعتمد عليها ؛ فالأم لا تلد الطفل وتكتفى بذلك ، بل تستمر فى إمداده بالحياة ، وعنايتها به لا تتوقف على أى شىء يفعله الطفل لها ، أو على أى واجب على الطفل أن يؤديه .. إن عنايتها به غير مشروطة ؛ تعتنى به لأن هذا المولود الجديد هو طفلها . والطفل فى السنوات الأولى من حياته يجد فى خبرة الأم مصدراً للحياة ، طوقاً كاملاً للحماية والغذاء ، فالأم هى الغذاء ، وهى الحب ، وهى الدفء ، وهى الأرض .

أن تكون محبوباً من الأم معناه أن تكون حيا، متصل الجذور ، مستوطنا فى

وطن ، ولئن كان الميلاد معناه التخلى عن حماية الرحم، فإن النمو معناه الخروج من فلك الأم .

وحتى حينما يبلغ الطفل سن الرشد ، فإنه لا يتوقف تماما عن الحنين إلى هذا الموقف القديم ، وعلى الرغم من حقيقة وجود فروق شاسعة بين الطفل والراشد ، فالراشد لديه القدرة للوقوف على قدميه ، والعناية بنفسه ، كما يستطيع أن يتحمل مسئولية ذاته ، بل ومسئولية الآخرين ، بينما الطفل عاجز على فعل كل ذلك ، بيد أننا لو وضعنا فى اعتبارنا حيرة الحياة ، وقلة ما لدينا من معرفة ، وما قد يرتكبه الإنسان من أخطاء محتومة Unavoidable ، فإن موقف الراشد لن يختلف كثيرا عن موقف الطفل ، فكل راشد فى حاجة إلى المساعدة ، وإلى الدفء وإلى الحماية ، على نحو يشبه إلى حد كبير حاجة الطفل إليها . فهل من العجب بعد ذلك أن نجد علاقة عميقة بين بحث الراشد عن الأمن وتواصل جذوره Rooteness ، ما كان يحصل عليه من أمن وتواصل لجذوره من أمه . أليس من المتوقع إذاً ألا يتخلى الإنسان عن هذا الحنين قبل أن يجد لنفسه وسائل جديدة للتواصل ؟؟

وفى المرض النفسى نجد دليلا ساطعاً عن هذه الظاهرة يكمن فى رفض التخلى عن الدوران فى فلك الأم ، وفى أغلب الحالات المتطرفة نجد رغبة فى العودة إلى رحم الأم ، فالشخص يكون مدفوعاً برغبة قهرية لا تقاوم للعودة إلى رحم الأم على النحو الذى نجده فى أحد أشكال الفصام ، فهو يشعر ويفعل كما الجنين فى رحم الأم ، عاجزاً حتى عن ممارسة الوظائف الأولية لطفل صغير . وفى كثير من الأعصبة الحادة نجد مثل هذه الرغبة ، ولكن كرغبة مكبوتة تظهر فقط فى الأحلام وفى الأعراض والسلوك العصابى ، كمحصلة للصراع بين الرغبة العميقة للبقاء فى رحم الأم وجزء من الشخصية الراشدة التى تمتثل للحياة السوية ، وقد تظهر هذه الرغبة فى العودة إلى رحم الأم فى الأحلام ، فيرى الحالم نفسه فى كهف مظلم ، أو وحيداً فى غواصة ، أو غارقاً فى أعماق البحر ... وما إلى ذلك . وفى مسالك مثل هذا الشخص نجد الخوف من الحياة والاستعذاب العميق Fasun-tion بالموت (الموت فى الخيال ، كالعودة إلى رحم الأم ، إلى أمنا الأرض Moth-er earth) .

وأقل حالات التثبيت fixation على الأم تلك الحالة التى يسمح فيها الفرد لنفسه بأن يولد ، كما هو ، ولكنه يخشى أن يخطو الخطوة التالية للميلاد ، أن يفطم عن ثدى الأم، ومن الناس من يتجمد عند هذه المرحلة ، فتستأثر به الرغبة إلى من يرعاه

كما الأم، ومن ثم نراهم يبحثون عمن يقوم بتمرضهم nursed ، وحمايتهم على نحو أمومى .. هؤلاء يعيشون حياتهم معتمدين على غيرهم ، فهم يشعرون بالرعب من فقدان الأم إذا ما انسحبت عنهم الحماية الأمومية ، ولكنهم يتفاءلون وينشطون إذا ما وجدوا أما أو من يحل محلها .. تهبهم محبتها سواء فى الحقيقة ، أو فى الخيال .

هذه الظواهر المرضية فى حياة الفرد لها ما يماثلها فى تطور الجنس البشرى ، وأكبر دليل على ذلك عدم تحريم زنا المحارم incest tabu تحريما عالميا حتى فى معظم المجتمعات البدائية .

إن تحريم زنا المحارم شرط ضرورى للنمو الإنسانى ، لا لسبب ما هو جنسى ، بل لما ينطوى على هذا التحريم من نواحٍ إيجابية ، ذلك أن الإنسان ، كيما يولد ، وكيما يتقدم عليه أن يقطع الحبل السرى ؛ أى يتغلب على هذا الميل العميق نحو الارتباط بالأم .

إن الرغبة المحارمية incestuous desire لا تستمد قوتها من الجاذبية الجنسية نحو الأم ، ولكن فى الرغبة العميقة فى البقاء فى الرحم ، أو العودة مرة ثانية إلى الرحم أو الاستمرار فى الرضاعة من ثدى الأم .

رابعاً : الإحساس بالهوية – التفرد فى مقابل امتثال القطيع

Sense of identity - Individuality Vs. Herd Conformity

يمكن تعريف الإنسان بوصفه الحيوان الذى يستطيع أن يقول «أنا» ، والذى يستطيع أن يكون واعيا بذاته ككينونة منفصلة Separate entity فالحيوان موجود داخل الطبيعة لا يتجاوزها ، وليس له وعى بذاته وليست به حاجة إلى الإحساس بهويته . أما الإنسان فلأنه ينفصل عن الطبيعة ولأنه يتمتع بالعقل والخيال ، فهو فى حاجة لتكوين مفهوم عن ذاته ، وبحاجة إلى أن يشعر وأن يقول : «أنا أكون أنا» ،ولأنه فقد وحدته الأولى Origenal unity مع الطبيعة ، فعليه أن يتخذ القرارات ، وأن يعى ذاته كشىء مختلف عن الآخر، وأن يكون قادراً على الإحساس كموضوع لأفعاله .

والحاجة إلى الإحساس بالهوية ، كالحاجة إلى الانتماء relatedness والتجذر ، أى أن تكون له جذور، والتسامى كالحاجة إلى الإحساس بالهوية ، حيوية وملازمة للإنسان ، ولا يستطيع أن يكون سوى العقل إذا لم يجد سبيلا إلى إشباع هذه الحاجات.

إن إحساس الإنسان بهويته ينمو منذ خروجه من فلك «الروابط الأولية» التى

تربطه بأمه وبالطبيعة ، فالطفل الذى لا يزال يشعر بتوحده مع أمه ، لا يستطيع إطلاقاً أن يقول «أنا» ، فليس به حاجة إلى أن يقول ذلك ، وهو لا يستطيع أن يعى بذاته إلا بعد أن يعى أن العالم الخارجى منفصل ومختلف عنه ، ومن الكلمات التى يتعلم الطفل استعمالها ، متأخرا كلمة «أنا» مشيرا إلى نفسه .

وفى تطور الجنس البشرى تتوقف درجة وعى الإنسان بذاته بوصفه ذاتاً منفصلة ، على مدى خروجه من العشيرة ، ومدى نموه وتطوره فى عملية التفرد ، فالعضو فى العشيرة البدائية كان يعبر عن إحساسه بهويته ، فى صيغة «أنا نحن» ، ولا يستطيع أن يعى نفسه بوصفه فرداً له وجود منفصل عن الجماعة .

وفى العصور الوسطى كان الفرد يعى ذاته مرتبطاً بالدور الاجتماعى الذى يؤديه فى نظام الجماعة الطبقى . إن الفلاح لم يجد نفسه مصادفة فلاحًا ، واللورد الإقطاعى لم يجد نفسه لوردا إقطاعيا ، بل هو فلاح أو إقطاعى بموقف غير قابل للتغيير ، لأنه جزء من صميم إحساسه بهويته .

وعندما انهار النظام الإقطاعى ، استيقظ إحساس الفرد بهويته وأصبح التساؤل الفعلى «من أكون Who am I» أو على نحو أدق كيف أعرف من أكون ، وهذا هو السؤال الذى صيغ صياغة فلسفية ... أنا أشك إذن أنا أفكر .. أنا أفكر إذن أنا موجود ، وهذا الحل يحصر كل التركيز فى إدراك «الأنا» كموضوع لأى نشاط فكرى . وقد أخفق ديكارت فى رؤية أن «الأنا» تكون مدركة أيضاً فى عملية الشعور والفعل المبدع.

وقد اتجه تطور الثقافة الغربية مباشرة نحو إيجاد أساس للشعور الكامل بالفردية، وبتحرير الفرد سياسيا واقتصاديا ، وبتربيته على أن يفكر لنفسه ، وبتحريره من الضغط التسلطى .. بدأ يشعر «بأنيته» ، وبأنه مركز نشاطه وأفعاله ، غير أن قلة من الناس من يشعر بهذه الأنية ، وظلت الفردية عن الأغلبية مجرد حجاب يختفى خلفه الفشل فى اكتساب الإحساس الفردى بالهوية .

وظل الإنسان يبحث عن الإحساس الفردى بالهوية ، ولما لم يستطع بلوغ هذا الإحساس المتين بالهوية ، خلق لنفسه توحدات تشعره بهويته ، كقوله مثلا «أنا أمريكى» «أنا بروتستانتى» أو «أنا رجل أعمال» .

وهذه التوحدات أشد فاعلية فى المجتمع الأوروبى ، كتعبير عن بقايا المجتمع الإقطاعى القديم ، غير أن الحراك الاجتماعى Social mobility فى الولايات المتحدة، حصر هذه التوحدات وجعلها أقل فاعلية وحل محل الإحساس بالهوية،

الإحساس بالامتثال ، فبالقدر الذى لا أخالف به غيرى ، وبالقدر الذى أتفق به مع الآخرين ، وبالقدر الذى أوصف فيه من الآخرين بأنى مواطن منتظم ، بهذا القدر أحس بأنى أنا - «كما ترغب أكون» ، حسبما يعنون براند للو إحدى مسرحياته ، وهكذا تنمو هوية القطيع لدى الفرد ، الإحساس بالهوية مستنداً إلى الإحساس بالتماثل uni- formity والتواؤم conformity لا يترك غالباً كما هو ، بل يدرك مغلفا بوهم الإحساس بالفردية .

إن مشكلة الإحساس بالهوية، ليست كما تُفْهَم غالبا مشكلة فلسفية فحسب ، أو مشكلة تعلق فقط بالعقل والتفكير ، إن الحاجة إلى الإحساس بالهوية تنبثق من ظروف الوجود الإنسانى نفسه ، وهى مصدر أقوى وأعمق مما يبذله الإنسان من نضال فى حياته ، ولا أستطيع أن أظل سوى العقل دون الإحساس «بالأنا» ، ومن ثم فأنا على أتم استعدا لعمل أى شىء لاكتساب هذا الإحساس .

وتكمن الحاجة وراء الميل الشديد إلى الامتثال ، وأحيانا ما تكون أقوى من الحاجة إلى البقاء المادى الحيوى .

ومن الواضح أن الناس يميلون إلى المخاطرة بحياتهم والتخلى عن حبهم والتنازل عن حريتهم ، والتضحية بآرائهم من أجل التوحد مع القطيع herd ، من أجل التماثل مع الأغلبية ، أى من أجل اكتساب الإحساس بالهوية ، حتى وإن كان إحساسا زائفا .

خامسا : الحاجة إلى إطار للتوجيه ، والاعتقاد العقل مقابل اللامعقولية

The Need for a Fram Orientation and Devotion - Reason Vs. Irrationality

إن حقيقة أن الإنسان يملك العقل والخيال تقودنا لا إلى الإحساس بالهوية الذاتية فحسب ، بل إلى التوجه الذاتى ، صوب تصور العالم تصوراً معقولاً . وما أشبه هذه الحاجة بعملية النمو الطبيعى فى السنوات الباكرة من حياة الطفل ، تلك التى تبلغ نهايتها عندما يستطيع الطفل أن يمشى وحده ، وأن يلمس الأشياء ويمسكها بكلتا يديه ، عارفاً ما هى . وبعد أن يكتسب القدرة على المشى والكلام ، يكون قد خطا الخطوة الأولى فقط فى توجهه المباشر . إن الإنسان يجد نفسه منذ البداية محاطاً بظواهر كثيرة ومحيرة ، غير أنه يتميز بالعقل الذى يدفعه إلى الإحساس بها ، وأن يضعها فى إطار تمكنه من فهمها ، ويسمح له بمعالجتها فى أفكاره . وكلما ارتقى عقل الإنسان

اقترب توجهه فى تفسير الظواهر من الصواب والحقيقة .

ولابد للإنسان من إطار توجيه عام ، وسواء أكان هذا الإطار صحيحاً أم وهماً فإنه يضفى على حياة الإنسان معنى .

وهذا الإطار يشبع لدى الإنسان حاجة أساسية ، وسواء اعتقد الإنسان فى قوة حيوان التوتم أو إله المطر ، أم فى امتياز وقدرة عرقه (جنسه) ، فإن حاجته إلى إطار موجه من هذه الاعتقادات تكون قد أشبعت ، ومن شأن هذا أن يجعل الصورة التى يرسمها الإنسان للعالم ، تزداد وضوحاً بازدياد معارفه وارتقاء عقله .

على الرغم من أن القدرة العقلية للجنس البشرى – من الزاوية العضوية – قد بقيت فى مستوى واحد آلاف الأجيال ، فإن بلوغ الموضوعية objectivity – حيث اكتساب القدرة على رؤية العالم والطبيعة والمخاوف – يتطلب أمداً طويلاً .

وكلما تقدمت الموضوعية فى تفكير الإنسان ، كان أقرب إلى الحقيقة وأكثر نضوجاً ، وأقدر على إبداع عالم إنسانى يطمئن إليه .

إن العقل هو قدرة الإنسان على إدراك grasping العالم بالفكر ، وهو فى ذلك على النقيض من الذكاء ، الذى يتمثل فى قدرة الإنسان على «الإمساك» Manipula-ate بالعالم بمساعدة الفكر .

العقل أداة الإنسان للوصول إلى الحق Turth ، والذكاء أداته للإمساك بالعالم بدرجة أكثر نجاحاً ، الأداة الأولى إنسانية محض ، أما الثانية فتنتمى إلى الجزء الحيوانى من الإنسان ، العقل قدرة يجب تدريبها كى تنمو ، وهى قدرة لا تقبل التجزئة ؛ أعنى أن القدرة على الموضوعية تشتمل على معرفة الطبيعة والإنسان والمجتمع والذات ، ولا ينبغى أن تقتصر على جانب واحد دون الجوانب الأخرى ، فالعقل قدرة إنسانية يجب أن تمتد إلى العالم كله الذى يعيش فيه الإنسان .

الصحة النفسية والمجتمع : Mental Health and Society

إن مفهوم الصحة النفسية يتوقف على تصورنا عن طبيعة الإنسان ، وقد حاولنا أن نبين أن حاجات الإنسان وأهواءه تنبثق من شروط وجوده الخاص . وهذه الحاجات: هى تلك التى يشترك فيها الحيوان – كالجوع والعطش ، والحاجة إلى النوم وإلى الإشباع الجنسى ، وهذه الحاجات ترتبط ارتباطا وثيقاً بالتكوين الكيمائى العميق للبدن ، و هى حالات قد تنقلب إلى قوة هائلة إذا بقيت بغير إشباع من صاحبها (ويصدق ذلك بطبيعة الحال على الحاجة إلى الطعام والنوم أكثر مما يصدق على

الحاجة إلى إشباع الحاجة الجنسية ، التى لا تبلغ قوتها إذا لم تشبع ، قوة الحاجات الأخرى ، على الأقل من الزاوية الفسيولوجية) .

غير إن إشباع هذه الحاجات وتلك الأهواء ليس شرطاً كافياً لسلامة العقل والصحة النفسية ؛ لأن الصحة النفسية والعقلية لا تقوم على إشباع الحاجات والأهواء Passions التى ينفرد بها الإنسان وحده فحسب ، بل تنبثق من شرط موقفه الإنسانى. وتتمثل هذه الحاجات فى حاجته إلى التواصل مع الآخرين Relatedness ، التسامى Transcendence الحاجة إلى الانتماء (التجذر) Rootedness ، الحاجة إلى الإحساس بالهوية ، والحاجة إلى إطار للتوجه والتغير والعبادة devotion . إن أقوى نزوع للإنسان يتمثل فى شهوة القوة Lust of power ، وفى إحساسه بالغرور ، وفى بحثه عن الحقيقة ، ونزوعه إلى الحب والأخوة Brotherliness ، فى نزعته التدميرية ، بالإضافة إلى قدرته الإبداعية Creativeness .

وكل رغبة قوية تحرك أفعال الإنسان ، إنما ترجع إلى هذه الطبيعة الخاصة بالإنسان ، ولا ترجع إلى المرحل المختلفة لليبيدو Libido كما يشير فرويد .

إن إيجاد حل لحاجات الإنسان الفسيولوجية والنفسية أمر جد يسير ، والصعوبة فى ذلك اجتماعية واقتصادية ، أما إيجاد حل لحاجات الإنسان البشرية الخاصة به فأمر غاية فى التعقيد ؛ إذ يتوقف على عوامل عدة كما يتوقف على طريقة تنظيم المجتمع الذى يعيش فيه ، وكيف يحدد هذا التنظيم العلاقات الإنسانية فى داخله .

إن الحاجات النفسية الأساسية التى تنبثق من شروط وجوده الخاص ينبغى إشباعها بطريقة أو بأخرى ، وإلا اختل عقل الإنسان ، كما أن الحاجات الفسيولوجية ينبغى إشباعها وإلا تعرض صاحبها للموت ، بيد أن الطرق التى يمكن بها إشباع الحاجات النفسية متعددة ، والفرق بين الطرق المتعددة لإشباع الحاجات النفسية معادل Tantamount للفرق بين درجات الصحة النفسية المختلفة ، وإن لم يتحقق الإشباع لحاجة من الحاجات الأساسية ، كان اختلال العقل نتيجة طبيعية ، وإذا ما أشبعت بطريقة غير مرضية – على أساس من طبيعة الوجود الإنسانى – كان العصاب النفسى Neurosis نتيجة طبيعية ، سواءكان ذلك نتيجة عيب فى الفرد أو المجتمع . لابد للإنسان من الارتباط بالآخرين . وإذا ارتبط بالآخرين بطريقة تعايشية أو مغتربة، يفقد وحدته واستقلال شخصيته ، ويصبح ضعيفاً مكابدا ومعاديا أو غير مبال Apathetic بأى شىء .

غير أن الإنسان إذا ما استطاع أن يربط نفسه بالآخرين عن طريق المحبة .. فإنه يشعر بذاتيته معهم ، وفى الوقت نفسه يحتفظ بتكامله واستقلال شخصيته ، كما أنه لايستطيع أن يتحد مع الطبيعة دون أن يتلاشى فيها إلا عن طريق ارتباطه بها ، بالعمل المنتج .

ولئن ظل الإنسان متعلقاً تعلقاً محارمياً بالطبيعة ، والأم والعشيرة ، توقف نمو عقله وشعوره بالتفرد ، ووقع فريسة سهلة للطبيعة ، دون أن يشعر بتفرده معها ، ولايستطيع أن يشعر الإنسان بسكن ومستقر له ، وإنه آمن مع نفسه ، وإنه سيد على حياته، إلا إذ نما عقله ونمت عاطفة الحب عنده ، وخبر العالم الطبيعى والاجتماعى على نحو إنسانى .

ولست بحاجة إلى القول بأن الإنسان لايتجاوز نفسه إلى ما وراءها ، إلا عن طريق النزعة التدميرية والنزعة الإبداعية .

النزعة التدميرية تفضى إلى معاناة الذات ، فى حين أن الإبداع يؤدى إلى سعادتها ، ومن السهل أن نرى الإحساس بالهوية – ذلك الإحساس الذى يستند إلى إدراك الإنسان لقواه – هو الذى يمنحه قوته ، فى حين أن كل شكل من أشكال الإحساس بالهوية يقوم على أساس الجماعة ، يجعل الإنسان معتمداً على غيره ، من ثم يصبح عاجزاً وضعيفاً .

وأخيراً استطيع أن أقول إن الإنسان لا يستطيع أن يجعل هذا العالم عالمه إلا بمقدار إدراكه للحقيقة Reality ، فإن هو عاش فى أوهام Illusions ، فلن يغير من الظروف التى تفرض هذه الأوهام .

واستطيع باختصار أن أقول أن مفهوم الصحة النفسى يصدر عن ظروف الوجود البشرى نفسها ، وأنه هو بعينه فى كل العصور وكل الثقافات .

وتتميز الصحة النفسية بالقدرة على الحب وعلى الإبداع ، وبالخروج من فلك الروابط المحارمية : العشيرة والأرض وبالإحساس بالهوية ، ذلك الذى يقوم على إدراك الإنسان لذاته كموضوع وعامل فى تحديد قواه ، وبإدراك الحقيقة داخل وخارج نفوسنا ، أى بنمو الموضوعية.

وهذا التعريف بالصحة النفسية يتفق فى جوهره مع المعايير المسلم بها التى بشر الرسل الروحيين بها . وهذا التوافق وبين ما قدمنا من تعريف وما نادى به كبار

الروحيين على مسار التاريخ الإنسانى ، يحمل بعض علماء النفس المحدثين على الاعتقاد بأن هذه الفروض النفسية ليست فروضاً «علمية» ، إنما هى «مثل عليا» Ideals فلسفية أو دينية ، ويصعب عليهم أن يروا أن التعاليم الكبرى فى جميع الثقافات إنما قامت على إدراك طبيعة الإنسان إدراكاً عقلياً، وعلى الظروف اللازمة لنموه ، وإن هذا الإدراك لطبيعة الإنسان ، وهذه الظروف اللازمة لنموه لتبرهن لنا لماذا كان كبار المصلحين فى أكثر من أرجاء العالم ، وفى مختلف عصور التاريخ ينادون بالمبادئ نفسها ، دون أن يؤثر أحدهم فى الآخر ، أو يتأثر أحدهم بغيره تأثراً لايكاد يذكر .

كـــارن هـــورنـــى

Karn Horney

النظرية الاجتماعية الثقافية فى الشخصية :

A Sociocultural theory of Personality

نقطة البدء فى تصورات هورنى النظرية ، تبدأ من الخلاف مع فرويد فى بعض تصوراته ، شأنها فى ذلك شأن أدلر ويونج وأريكسون وفروم .

تؤكد هورنى أن فرويد قد أخطأ عندما أرجع التباين النفسى بين المرأة والرجل إلى الاختلاف فى التشريح الجسمانى Physical anatomy .

وتعارض هورنى تأكيدات فرويد أن سيكولوجية المرأة تستمد مقوماتها من قوة دفع مهيمنة ، وهى حسد القضيب Penis envy .

وتؤكد أن افتراضات فرويد غير منطقية ، وتستند إلى ثقافة القرن التاسع عشر ، حيث هيمنة النمط الذكورى وانحسار دور المرأة .

وتعترض على نظرية الغرائز عند فرويد ، مؤكدة بأن التحليل النفسى ينبغى أن يقيم دعائمه على التوجه الاجتماعى الثقافى .

وتقيم صروح نظريتها فى العصاب النفسى والصراعات الداخلية على أهمية تأثير العوامل الاجتماعية والثقافية فى تشكيل الشخصية الإنسانية .

وعلى الرغم من أن نظريتها قد استمدت مقوماتها الأساسية من الدراسات الكلينيكية العميقة للمرضى العصابيين ، فإن كثيراً من أفكارها تعكس استبصارات قيمة فى فهم التباينات الفردية والعلاقات البين شخصية .

سـيرة وحيـاة :

ولدت كارن هورنى (نى دانيلسون Nee Danielson) بالقرب من هامبورج بألمانيا عام ١٨٨٥ ، وكان والدها كابتن فى البحرية ، شديد الورع والتدين ، يؤمن بأن النساء أدنى من الرجال ، بينما كانت أمها امرأة هولندية جذابة وخلابة الملامح ومتحررة الفكر ، وأصغر من زوجها بثمانية عشر عاماً .

وكان حظ كارن هورنى من الجمال محدوداً . وقد استنفدت معظم مراحل طفولتها ومراهقتها فى شكوك عن قيمتها الذاتية ، وذاد من حدة هذه الشكوك افتقادها إلى الجاذبية ، بيد أنها قد عوضت ذلك بأن أصبحت طالبة جد متميزة ، وكتبت تقول لأنى لم استطع أن أكون جميلة ، فقد قررت أن أكون أنيقة (روبنز Rubins ، ١٩٨٨ ، ص ١٤) .

وفى سن الرابعة عشر قررت أن تصبح طبيبة ، وقد مهدت لهذا الهدف منذ التحاقها بجامعة فريبرج ١٩٠٦ ، حيث أصبحت من أوائل السيدات اللاتى سمح لهن بدراسة الطب ، وهناك قابلت أوسكار هورنى وتزوجته فى عام ١٩١٠ حيث كان يدرس العلوم السياسية .

وتلقت هورنى تدريبها فى التحليل النفسى بمعهد برلين . وخلال فترة ليست بالقصيرة عانت هورنى من نوبات اكتئاب حادة ، وقيل إن زوجها أنقذها من محاولة انتحار ، ومع بداية عام ١٩٢٦ بدأت علاقتها الزوجية فى التفسخ والاضطراب ، ووجدت نفسها مثقلة بمشاكل شخصية متعددة : وفاة أخيها ، وانفصال والديها وموتهما فى خلال سنة من الانفصال ، وشكوكها المتزايدة عن جدوى التحليل النفسى وقيمته .

وبدأت تعانى من مشاعر يأس وقنوط ، وقررت الانفصال عن زوجها وحدث الانفصال عن زوجها عام ١٩٢٧ ، وبدأت حياتها فى الازدهار المهنى ، حيث عملت فى معهد برلين للتحليل النفسى ، وانشغلت تماماً بالتدريس والكتابة والسفر .

وفى عام ١٩٣٢ ، وأثناء حالة من الاكتئاب كانت تلازمها - سافرت إلى الولايات المتحدة الأمريكية ، وتقلدت منصب مساعد مدير فى معهد شيكاغو للتحليل النفسى Chicago Psycho Analytic Institute ثم انتقلت بعد عامين إلى نيويورك حيث حاضرت فى معهد التحليل النفسى بنيويورك .

ونتيجة لموقفها المناهض لآراء فرويد ولاسيما عن المرأة والغرائز ، فُصِلَتْ من عملها وجردت من حقوقها وامتيازتها كمعلمة ومحللة نفسية عام ١٩٤١ ، وبعد فترة قصيرة عملت هورنى فى المعهد الأمريكى للتحليل النفسى ، وظلت عميدة لهذا المعهد حتى وفاتها عام ١٩٥٢ أثر إصابتها بمرض السرطان .

النظرية الاجتماعية الثقافية : المفاهيم والمبادئ الأساسية

Sociocultural Theory : Basic Concepts and Principles

تستند النظرية الاجتماعية الثقافية عند هورنى إلى ثلاثة أسس :

١ – رفضها لآراء فرويد وبخاصة فكرته عن «حسد القضيب» عند النساء باعتباره قدراً محتوما ، كتب على المرأة أن تكابده بحكم طبيعتها الفسيولوجية .

٢ – وأثناء انتقالها للعيش فى شيكاغو ونيويورك غيرت هورنى من أفكارها على نحو ما فعل كثير من الشخصيات العلمية البارزة مثل إيريك فروم ، ومارجريت ميد ، وهارى سوليفان ، وقد دعم هؤلاء العلماء اعتقاد هورنى بأن الظروف الاجتماعية والثقافية لها تأثير عميق على نمو الفرد وسلوكه.

٣ – أكدت هورنى من خلال ملاحظتها الكلينيكية على الاختلافات الحادة فى ديناميات الشخصية بين المرضى فى أوروبا والمرضى فى الولايات المتحدة الأمريكية مؤكدة أن ثمة تأثيراً قوياً للقوى الثقافية فى أحداث العصاب النفسى . وقد وصلت إلى استنتاج مؤداه أن جوهر اضطرابات وظائف الشخصية يرجع إلى التفاعلات البين شخصية Interpersonal فى حياة الفرد .

نمو الشخصية : Personality Development:

تتفق هورنى مع فرويد فى أهمية خبرات الطفولة فى تشكيل بنية شخصية الراشد ومدى قدرها على أداء وظائفها ، وعلى الرغم هذه الأرضية المشتركة بينهما ، فإن الأثنيين قد اختلفا فى الخصوصيات التى تتحدث عن كيفية تكوين الشخصية . رفضت هورنى تأكيد فرويد أن المراحل الجنسية النفسية العامة ، وكذلك التشريح الجنسى للطفل هو الذى يحدد مسار نمو الشخصية . وارتأت أن العلاقة الاجتماعية بين الطفل ووالديه هى العامل الحاسم فى نمو وتحديد مكونات الشخصية .

وطبقا لما تقول به هورنى ، فإن الطفولة تتميز بحاجتين أساسيتين ، هما : إشباع Satisfaction الحاجات الفسيولوجية ، والحاجة إلى الأمان safty ، الحاجة الأولى تشمل كل ما هو فسيولوجى (الطعام والماء والنوم ... إلخ) والحاجة الجوهرية الثانية هى الحاجة للأمان ، باعتبارها دافعا أساسيا لدى الطفل يجعله يشعر بأنه

مرغوب ومحبوب ومحمي من الخطر، ومن العالم العدائى .

وتؤكد هورنى أن الطفل يعتمد على والديه كلية فى إشباع حاجته إلى الأمان ، وإذا أظهر الوالدان مشاعر دفء وحنان وعاطفة نحوه ، أشبعت حاجته إلى الأمن ونما نمواً سوياً ، والعكس صحيح .

وثمة عدد من أنماط السلوك الوالدية من شأنها أن تحبط حاجة الطفل إلى الأمن: منها (التمييز بين الأبناء ، العقاب الظالم ، السلوك الخاطئ ، السخرية من الأبناء ، عدم الوفاء بالوعد ، الحماية الزائدة over protection) ، إضافة إلى ذلك تمييز الأخ عن الأخت .

وتنشأ العدوانية بأشكالها المتنوعة نتيجة لسوء المعاملة الوالدية .

تقول ورنى (١٩٤٥) إن شعور الطفل بعدم الأمان يولد لديه مشاعر عجز وخوف وإحساس عارم بالذنب والحب أيضاً ، بيد أن هذه المشاعر الموجهة نحو الوالدين يتم كبتها كي يحيا فى كنفهما .

ولسوء الحظ .. فإن المشاعر العدائية Hostility التى يكبتها الطفل ، تفرض نفسها على علاقات الطفل المستقبلية مع الآخرين .

هاهنا يخبر الطفل ما يمكن تسميته «بالقلق الأساس» حيث يشعر بأنه وحيد ، وعاجز وخائف ، تملأه مشاعر عدائية تجاه الآخرين» . (ص ١٨) .

القلق الأساسي : Basic Anxiety

على النقيض من فرويد ، لا تعتقد هورنى أن القلق مكون أساسي للوجود الإنسانى مؤكدة أن القلق نتاج الشعور بعدم الأمان فى العلاقات البين شخصية ، وتؤكد أن أى اضطراب فى مشاعر الأمن بين الطفل ووالديه من شأنه أن يولد القلق الأساسى ، فإذا أشعر الطفل بالحب والتقبل من والديه نما نمواً سويا ، وإذا لم يشعر الطفل بالأمن ، تكونت مشاعر عدوانية تجاه والديه ، ثم تمتد هذه العدوانية إلى الآخرين حيث تشكل نواة القلق الأساسى . ومن رأى هورنى أن الطفل الذى يعانى من القلق الأساسى ، يصبح أكثر عرضة للعصابية فى الرشد .

الحاجات العصابية : واستريجيات مواجهة القلق الأساسي :

Neurotic Needs: Strategies for coping with Basic Anxiety:

ترى هورنى أن الطفل يلجأ إلى عشرة أنواع من الدفاعات كيما يتغلب على القلق الأساسى الذى يتمثل فى الإحساس بفقد الأمن ، والعجز والعداء ، وتطلق

على هذه الدفاعات المصاحبة للقلق الأساسى اسم الحاجات العصابية أو الميول العصابية .

وفى كتابها (صراعاتنا الداخلية) Our Inner Conflicts ، قامت بتجميع الحاجات العصابية العشر على ثلاثة تصنيفات من الناس ، كل منهم يسعى لبلوغ الشعور بالأمن والأمان فى هذا العالم من خلال هذه الدفاعات ، ومن ثم يوظفون إمكاناتهم لخفض مستوى القلق وجعل الحياة أكثر احتمالاً . وقد أوضحت هورنى أن هذه التصنيفات تكشف عن توجهات عامة لدى الشخص نربطه بغيره من الناس .

وفيما يلى الجدول الذى يحدد الحاجات العصابية كما تصورتها هورنى .

الحاجات العصابية عند هورنى

الحاجة الملحة إلى	التعريفات السلوكية
١ – المحبة والقبول الاجتماعى Affection and approval	يتسم أصحاب هذا الميكانزم بالسعى للحصول على المحبة والإعجاب من الآخرين بطريقة غير محددة وغير معقولة ، لديهم حساسية مفرطة إزاء النقد ، يتسمون بالرفض ، ومشاعر العداوة .
٢ – الحاجة الملحة إلى وجود شريك حياة يكون له الهيمنة والتحكم .	الاعتماد الكامل على الآخرين ؛ الإحساس المخيف بأنه مهجور abandoned ، وأنه سيُترك ليعيش وحيدا ، إعطاء الحب قيمة كبرى وبأنه الشىء الوحيد القادر على حل كافة المشاكل .
٣ – وضع الحياة فى حدود ضيقة Restricting life within narrow limits	تفضيل أسلوب الحياة الذى يعتمد على الروتين والنظام الصارم .
٤ – القوة Power	الرغبة فى الهيمنة والتحكم فى الآخرين لتكون أداة طيعة له ، يعشق القوة ، ويشعر باحتقار وازدراء Contempt للضعف والضعفاء.
٥ – استغلال الآخرين Exploiting others	لديه إحساس بالرعب من أن يكون موضوعا لاستغلال الآخرين ، أو ينظر إليه

	كـغـبى من قـبل الآخـرين لا يفكر مطلقـاً فى استغلال الآخرين .
٦ - التميز الاجتماعى Social recognition	الرغـبـة فى أن يكون مـوضع احـتـرام وتقدير الآخرين .
٧ - الإعجاب الشخصى Personal admiration	دافع لخلق صـورة للذات خـاليـة من مركبات نقص ، أو محدودية ، يحيا تحت وهم أنه يحظى بإعجاب وتقدير ومديح الآخرين .
٨ - الطموح الشخصى Personal ambition	الكفـاح المكثف ليكون الأفضل دائما فى نتائجه ، بيد أنه يرتعب من الفشل .
٩ - الاكتفاء الذاتى والاستقلال Self - sufficiency and independence	يتجنب الدخول فى أى علاقة تنطوى على التزام أو تعهد من أى نوع ، يضع مسافة بينه وبين الآخـرين ، مكتف بذاته ، ومـسـتـقـل عن الآخرين .
١٠ - الحاجة إلى الكمال Prefection	يتـصـف سلوك هذا الشـخـص المحـاولات المتواصلة لأن يبدو على نحو أخلاقى فى سلوكه ومواقفه ، يبدو فى مظهر الكمال والفضيلة .

وفى كتابها «صراعاتنا الداخلية» Our Inner Conflicts قامت كارن هورنى بتجميع حاجاتها العصابية العشر من خلال ثلاثة تصنيفات رئيسية : كل تصنيف يعكس التفاعل بين الناس بعضـهم بعض ، من أجل بلوغ الأمن والأمان فى العـالم ، بعبارة أخرى .. فإن الناس يوظفون إمكاناتهم لتخفيض مستوى القلق وجعل الحياة أكثر احتمالا Bearable .

وترى هورنى أن هذه التصنيفات الثلاثة تظهر التوجهات العامة لدى الشخص فى علاقته بالآخرين على التالى :

١ - الاتجاه نحو الآخرين : النمط الإذعانى :

Moving Toward People : The Compliant Type

يتضمن الاتجاه نحو الآخرين أسلوب من التفاعل يتميز بالتبعية dependance والسلوك اللاتوكـيـدى Unassertiveness والعـجـز ، فـمـثـل هذا الشـخـص يـتـصـف

بالإذعان كما تطلق عليه هورنى ، حيث يتوجه فى الحياة وفقًا لاعتقاد غير معقول يقول «إذا استسلمت فلن أضر» (هورنى ص ٩٧) .

ويحتاج صاحب النمط الإذعانى لأن يكون مرغوبا ومحبوبا ،محمياً ومسترشدا من الآخرين ، إنهم يدخلون فى علاقات كيما يتجنبوا الشعور بالوحدة والضعف والنفور ، والإذعان للآخرين قد يكون قناعاً يخفى خلفه رغبة عدوانية مكبوتة ، ويميلون دائما إلى محو الذات Self - affecing وتجاوزها أمام الآخرين ، بيد أنهم غالبا ما يخفون تحت السطح مشاعر غضب وحقد وعدوانية بغير حدود .

٢- الاتجاه بعيدا عن الناس : النمط الانعزالى :

Moving away from people : The Detached Type

يتبنى النمط الانعزالى أساليب لمواجهة الحياة ، والتفاعل مع الآخرين يستند إلى اللامبالاة وعدم الاكتراث ، كقوله : أنا لا أهتم بأى شىء ، ويؤمن الانعزاليون بالانسحاب من المجتمع ، وبعدم الرغبة فى المواجهة ، يوجههم ويرشدهم الاعتقاد «إذا انسحبت فلن يصبنى أى ضرر» . (هورنى ، ص ٩٩) .

ويتصف أصحاب النمط الانعزالى بفتور المشاركة العاطفية ، سواء أكانت مشاركة رومانسية أم عملية أو إبداعية ، وكنتيجة لذلك يفتقرون إلى الاهتمام بالآخرين ، والاستمتاع بمناهج الحياة ، ويتصفون بالرغبة فى العيش نهبًا للعزلة والسرية Privacy ، وعلى نحو مستقل مكتفين بأنفسهم Self sufficiency ، فى كنف عزلة خاصة .

٣- الاتجاه ضد الآخرين : النمط العدائى

Moving against people: The hostile Type

يتصف أصحاب هذا الاتجاه بالرغبة فى الهيمنة ، والعداء والاستغلال للآخرين، ويحيا هذا النمط من الناس - كما تقول هورنى - وفق اعتقاد واهم يقول «إذا امتلكت القوة ، فلن يستطيع أحد أن يضرنى» . (ص ٩٩) .

وهذا النمط من الناس ، يفترض أن الآخرين عدوانيون ، وأن الحياة تنطوى على صراع مرير ضد الجميع ، ولهذا فهو ينظر إلى موقف أوعلاقة من خلال رؤية تقوم على التسابق لنيل ما يستطيع أن يبلغ إليه ، ويتساءل ما الفائدة التى أستطيع أن أحصل عليها من هذا الموقف ، سواء أكان هذا الموقف ثروة أم مكانة اجتماعية أم علاقة أم حتى أفكار .. إنه يفتش عن مصلحته الخاصة حيثما كان ، وعنده الغاية

تبرر الوسيلة ، ومن ثم فقد يتظاهر بالأدب الجم ، والتعاون المخلص أو العدوانية المفرطة إذا اقتضى الأمر، فالسلوك فى نهاية المطاف ، ما هو إلا وسيلة لتحقيق الهيمنة والقوة على الآخرين ، فكل فعل ، فى حقيقته ، موجه نحو تدعيم مكانة الفرد الاجتماعية ، ومركزه وطموحه الشخصى . ولا يتحقق هذا الأسلوب فى الحياة إلا من خلال استغلال الآخرين ، لتحقيق الإحساس بالتميز الاجتماعى والخيلاء والإعجاب الشخصى.

وتسمى هورنى هذه التصنيفات الثلاثة باستراتيجيات المواجهة فى الحياة Cop-ing strategies ، وهى تقوم على العلاقات البين شخصية ، وهى أشبه بميكانزمات دفاعية ، الهدف منها تخفيض حدة القلق الناشئ عن القوى الاجتماعية فى الطفولة. ومن جهة نظر «هورنى» فإن أسس استراتيجيات المواجهة وما تنطوى عليه من صراعات هى قاسم مشترك بين الناس جميعا أسوياء وعصابين ، والاختلاف يرجع إلى تغليب نمط عن غيره من الأنماط ، وعلى نحو حاد ، ومن ثم فإن الصراع لدى الأسوياء لا يكون انفعاليا emotionally بالدرجة نفسها عند العصابى ، لأن السوى فى الحياة يتسم بقدر من المرونة كبيرا ، ومن ثم يستطيع أن ينتقل من استراتيجية إلى أخرى حسبما تقتضى نوعية الظروف ، وأن سواءه قائم على تلك المرونة Flexabili-ty فى حين أن العصابى يعجز عن التعامل بمرونة مع المواقف ، مركزا فقط على نمط واحد ، سواء أكان مناسباً أم غير مناسبٍ للمواقف فهو أقل مرونة وأقل فاعلية فى المواقف من الأسوياء من الناس .

علم نفس المرأة : Femine Psychology

ويتضح مما سبق ، أن هورنى وقفت موقفا مناهضا من كافة افتراضات فرويد عن المرأة ، فهى ترفض رفضاًتاماً افتراض فرويد بأن المرأة تحسد الرجل لأنه يملك قضيبا ، وتلوم أمها لأنها لم تلدها مزودة بقضيب مثل الذكور . وترفض أيضاً افتراض فرويد بأن المرأة ترغب لا شعوريا فى إنجاب ابن ذكر ، كرمز لامتلاك «القضيب» .

وقد أدمجت هورنى هذه الآراء لدى المرأة بمفهوم «حسد الرحم» Womb envy ، بافتراض أن الذكور قد يغارون على نحو لا شعورى من قدرة المرأة على الحمل وتربية الأطفال . وأخيرا أكدت هورنى أن مؤسس التحليل النفسى كان «ذكراً عبقرياً» Male genius ، وأن جميع من طوروا أفكاره وآرائه كان معظمهم من الذكر، وأن ثمة تحيزاً ذكورياً فى علم النفس إذاً» (هورنى ، ١٩٦٧ ، ص ٥٤) .

وقد أدى اعتراض هورنى على افتراضات فرويد النظرية عن المرأة إلى خلق

نوع من العداء ، فلم تكن مؤهلة كمحللة نفسية ، وتم طردها من مدرسة التحليل النفسى التى كان يقودها الرجال .

وقد أقامت هورنى صروحها النظرية عن سيكولوجية المرأة ، موضحة أن الفروق بين الذكور والإناث ترجع إلى مؤثرات اجتماعية وثقافية Sociocultural وليس إلى فروق بيولوجية .

ترى هورنى أن النساء تشعر بالدونية إزاء الرجل ، لأنهن يعتمدن فى حياتهم على الذكور اقتصاديا وسياسياً ونفسياً وتاريخياً ، فإن المرأة عملت كمواطن من الدرجة الثانية ، وعلى نحو تم فيه إنكار حقوقها فى المساواة مع الرجل . واجتماعيا كان عليها أن تعظم من شأن الرجل باعتباره السيد المتسامى Superior ، ولهذا تشعر المرأة بالتبعية وعدم الكفاية ؛ لأنها تعيش فى أنسقة اجتماعية تمنح الرجل حق السيادة والمهيمنة على المرأة .

وتؤكد هورنى أن معظم النساء يرغبن فى أن يكن أكثر قوة عضلية ولكن ليس لأنهن فى حاجة إلى قضيب ذكرى و«الرغبة فى أن تكون المرأة رجلاً» ، ربما تكون تعبيراً أو أمنية لاكتساب كل هذه الخصائص أو القدرات التى يتمتع بها الرجال فى ثقافتنا ، مثل : القوة ، الشجاعة ، الاستقلال ، النجاح ، الحرية الجنسية ، الحق فى اختيار شريك الحياة» . هورنى (١٩٣٩ ، ص ١٠٨) .

وقد أكدت هورنى أن صراع الدور role conflict الذى تعيشه المرأة من خلال علاقتها بالرجل ، إنما يرجع إلى طبيعة الدور الذى تؤدى المرأة ، فإذا كان دوراً تقليديا كالزواج والأمومة ، انخفضت حدة صراع الدور ، أما إذا كان للمرأة أهداف ومهن أخرى تتجاوز هذا الدور ، الذى يعتبر مسئولاً عن ظهور نشأة صراع الدور الذى يعتبر عن ظهور الحاجات العصابية وأساليب المواجهة، التى تلعبها المرأة من خلال علاقات الحب مع الرجل .

ويؤكد ويسكوت Westkott (١٩٦٦) أن هورنى تعتبر رائدة من رواد حركة تحرير المرأة ، فقد كانت كتاباتها إرهاصات أضاءت الطريق أمام المنادين بحق المرأة ومساواتها بالرجل .

لقد خرجت تصورات هورنى النظرية من ملاحظتها الكلينيكية للمرضى العصابيين الذين كانت تشرف على علاجهم ، وقد خرجت بنتيجة مؤادها أن العصاب النفسى ما هو إلا تعبير عن العلاقات الإنسانية المضطربة ، والذى يظهر بشكل واضح من خلال دراساتها الكلينيكية .

إيريــــك أريكســـون
Erik Erikson

إن معظم علماء النفس الذين أتوا بعد فرويد ، اتخذوا من تعظيم قيمة الأنــا ego ودورها مـدخـلا لتنقيح الأفكار المتـعلقـة بالتـحليل النفـسى ، ومن بين هؤلاء العلمـاء «إيريك أريكسون» الذى ركز كل اهتمامه على الأنــا ومـدى قدرتها فى نمو الأفـراد ، مؤكدا أن الظاهرة النفسية لايمكن فهمها إلا من خلال فهم التفاعل المتبادل للعوامل البيولوجية والسلوكية والتجريبية والاجتماعية داخل وخارج الظاهرة النفسية .

ولعل من أهم ما يميز نظرية أريكسون فى الشخصية :

١ - تأكيده التغير النمائى فى دورة حياة الإنسان .

٢ - تركيزه على الجوانب المضيئة فى تكوين الإنسان ؛ حيث السواء الإنسانى، أكثر بكثير من التركيز على الجوانب الباثولوجية .

٣ - تأكيده وبصفة خاصة أهمية تحقيق الإحساس بالهوية .

٤ - تأكـيـده أن الاسـتـبـصـار الكلينكى لا يتـحـقق إلا من خـلال فـهم العـوامل التاريخية والثقافية ، الأمر الذى يتيح فهماً أعمق للشخصية .

وقد وضع أريكسون تصوراً لطبيعة الإنسان يرتكز على نوعية الأنــا التى تقوى وتشتـد من خـلال المراحل النمائيـة ، وهذا راجع إلى أن الإنسـان عند أريكسـون كـائن نمائى ، تمضى حياته فى نماء متواصل من خلال ثمانية مراحل نمائية ، لكل مرحلة إيجابياتها وأزماتها ، وقمة الأزمة فى الشخصية «مرحلة المراهقة» ، تلك التى يسميها أريكسون بأزمة الهوية Identity crisis حيث تلتقى صراعات الشخصية وتتجمع ، أما صـوب السـواء أو فى اتجـاه «عـدم تعين الهـوية» ، والذوبـان فى الآخـرين والشـعـور بالاغتراب وما يترتب عليه من أعراض نفسية واجتماعيـة . وتتميز مراحل النمو عند أريكسون بتفاعلاتها الاجتماعيـة ، فالإنسان كائن عضوى نفسى اجتماعى، وكل مرحلة من مراحل نموه لها ديناميـاتها الاجتماعية والنفسية ، والإنسان يستطيع أن يتجاوز صراعاته النفسية ويتـخطى حدود الأزمة فى مرحلة نمائية ، إذا ما توافرت له فرص تجاوزها نفسيا واجتماعيا فى مرحلة لاحقة .

سيكولوجية الأنـا عند أريكسون : Ego Psychology

يتخذ أريكسون من نمو الأنـا أساساً محورياً لرؤيته النفسية ، على الرغم من تأكيده على أن أفكاره لم تخرج عن كونها امتداداً لآراء وتصورات فرويد عن النمو النفس – جنس Psychosexual ، ولكن فى ضوء الاكتشافات الحديث لعلم البيولوجيا والاجتماع.

وقدم رؤيته التصورية والكلنيكية ، من خلال أربعة محاور أساسية :

الأول : إن عمله يمثل تحولاً كاسحاً فى الانتقال من التركيز على الهى ID إلى التركيز والاهتمام بالأنـا Ego ، فالأنا تمثل الركيزة الأساسية فى السلوك والوظائف الإنسانية ، ولهذا ينظر إلى الأنا باعتبارها بناءً مستقلاً بذاته autonomous فى بنية الشخصية ، يسهم فى تحقيق التوافق الاجتماعى، ذلك الذى يمضى على نحو متوازن مع نمو «الهى» والغرائز .

ويطلق على تصوراته هذه عن الطبيعة الإنسانية اسم «علم نفس الأنـا» .

وتكمن قدرة الأنا على التعامل مع الواقع على نحو سوى من خلال الإدراك والتفكير والانتباه والذاكرة .

وهذا على الضد من تصور فرويد الذى أرتأى أن الأنا فى حالة نضال دائم لفض الصراع القائم بين الحفزات الغرائزية والقهور الأخلاقية moral constraints .

ثانياً : قدم أريكسون تصوراً نفسياً يستند إلى العلاقة بين الوالدين والمحتوى الثقافى للمجتمع ؛ ومن خلال دراساته الكلنيكية لحالات تنتمى إلى ثقافات متباينة بين أن نمو «الأنا» يتأثر بتغير المؤسسات الاجتماعية وأنسقة القيم السائدة ، أى بالثقافة القومية .

وهذا على الضد من فرويد الذى كان يؤكد أن تأثير الوالدين على الطفل هو الذى يشكل بناء شخصيته .

ثالثاً : إن نمو الأنا عملية متواصلة النماء ، تمتد فتشمل حياة الإنسان بأسرها منذ أن يكون وليداً حتى يبلغ أرذل العمر ، مروراً بالمراهقة فمرحلة الشباب فالنضج maturity . وهذا على الضد من التثبيت Fixation الذى يقف بالنمو النفسى عند مراحل طفلية بعينها ، وأن بذرة العصاب

النفسى بذرة طفلة .

رابعاً : وثمة اختلاف آخر بين فرويد وأريكسون حول طبيعة الصراعات النفس-جنسية وكيفية تجاوزها .

الهدف عند فرويد هو تأكيد دور العمليات اللاشعورية ووجودها فى حياتنا النفسية ، موضحاً أن الصدمة trauma فى مرحلة الطفولة من الممكن أن تتحول إلى مرض نفسى psychopathology فى الرشد ، فى حين نظر أريكسون إلى الإنسان بوصفه صيرورة نمائية لا تعرف التوقف . وأن حياته تمضى من خلال ثمانى مراحل نمائية ، وأن كل مرحلة لها إيجابياتها وسلبياتها ؛ وأن ما نعيشه من إحباطات فى مرحلة معينة ، قد نستطيع تجاوزه فى مرحلة عمرية لاحقة إذا ما تحسنت الظروف والشروط البيئية والثقافية .

ولعل من أهم مفاهيم أريكسون الأساسية التعاقب ودورة الحياة والبحث عن هوية .

مبدأ التعاقب The Epigenetic principle

الفكرة المحورية فى نظرية أريكسون عن نمو الأنا تقوم على افتراض أن النمو الإنسانى يتسم بمراحل عمرية عامة ، هى قاسم مشترك بين أفراد النوع الإنسانى، نطلق عليها اسم مبدأ التعاقب فى النمو بلوغاً إلى النضج .

ويشير التعاقب إلى النمو ، الذى يمضى من خلال مراحل متعاقبة يتكون فى كل مرحلة جزء من الشخصية . ويفترض أن دورة حياة الإنسان تمضى من خلال ثمانى مراحل نمائية منفصلة ، كل مرحلة تسهم فى النمو النفسى للأنا .

وفيما يلى عرض لهذه المراحل النمائية كما افترضها أريكسون :

بـدايـة العـمـر : Infancy

١- الشـعـور بـالـثـقـة فـى مـقـابـل عـدم الـثـقـة : Trust vs. Mistrust

وتحتل السنة الأولى من عمر الإنسان ، وتتميز بشعور الطفل بالثقة فى نفسه وفى غيره من الناس وفى العالم بوجه عام ، وقد يبلغ فى ثقته حداً لا نهاية له ، وقد يفقدها فقداناً تاماً ، ويتوقف ذلك على نوع الرعاية التى يتلقاها داخل الأسرة ، فالطفل الذى تلبى حاجته ، ويجد من يدلله ومن يتحدث إليه ويشاركه اللعب والضحك ، يتصور العالم مكانا آمناً ، والناس أهلاً للثقة ، أما إذا لم تتوافر الرعاية النفسية والاجتماعية والعضوية للطفل داخل أسرته ، فإنه يشعر بأن الناس غير جديرين بالثقة، وأن حياته غير آمنة ، ويتكون لديه شعور بالخوف والشك وفقدان الثقة فى نفسه وفى الآخرين وفى العالم المحيط به.

ويؤكد أريكسون أن الشعور بالثقة أو فقدانها لا يتكون فى السنة الأولى من حياة الطفل بدرجة من الثبات يتعذر معها تغيير الاتجاه ، ويضرب بذلك مثلا : أن الطفل الذى يلحق بالمدرسة بشعور بفقدان الثقة ، قد يتعلم على يد معلم أو معلمة تمنحه ما فقده من شعور بفقدان الثقة فى أسرته ، كما أن الطفل الذى يجد فى سنته الأولى ما يقيم دعائم الثقة بالنفس وبالناس والعالم ، قد يفقد هذه الثقة إذا ما تصدع كيان الأسرة بالخلافات بين الوالدين أو انفصال بينهما .

وعلى أية حال ، فإن أريكسون يعتبر أن الإحساس بالثقة هو حجر الزاوية cor-ner stone فى بناء الشخصية السليمة ، وأن الطفل الذى يثق فى نفسه ، وفى العالم من حوله ، يمتلئ إحساساً بيقين داخلى يجعله يثق فى العالم الاجتماعى ، باعتباره مصدراً للأمن ، ومكانا مستقراً ، وأن الناس موثوق فيهم .

ويعتقد أريسكون أن الدرجة التى يكون فيها الأطفال قادرين على اكتساب الإحساس بالثقة فى النفس وفى العالم وفى الناس من حولهم ، تعتمد على نوعية رعاية الأم التى يتلقاها .

يقول أريكسون (١٩٦٣) «الأمهات » يخلقن الإحساس بالثقة لدى أطفالهن عن طريق نوعية التربية التى تجمع بين الرعاية المرهفة الحس لاحتياجات الطفل الفردية والإحساس الثابت بالشخصية ضمن إطار من الثقافة السائدة فى المجتمع . وهذا ما يشكل الإحساس بالوجود السليم لدى الطفل ، ليكون نفسه ، ويصبح مصدر ثقة للآخرين» (ص ٢٤٩) .

وهكذا ، فالشعور بالثقة لا يعتمد على كمية الطعام أو التعبير الانفعالى الذى يتلقاه الطفل ، قدر ارتباطه بقدرة الأم على منح الطفل الإحساس بالألفة ، والثبات والذاتية .

ويركز أريكسون على حقيقة مؤداها : إن الأطفال لا ينبغى أن يكتسبوا الثقة فى العالم الخارجى فحسب ، بل وفى العالم الداخلى أيضاً . ومن ثم يجب أن يتعلموا الثقة فى أنفسهم من أجل التفاعل بشكل فعّال مع الحافز البيولوجى ، ومن شأن هذا السلوك أن يجعل الطفل أكثر تسامحاً مع غياب الأم ، دون معاناة لما يسمى قلق الانفصال Seperation anxiety .

وهذا ما يجعلنا نتساءل عن سبب وجود أزمة فى الحياة النفسية فى السنة الأولى. ولهذا سلط أريكسون الضوء عليها نظراً لأهميتها ، فهو يرجع تلك الأزمة إلى نوع الرعاية الأمية الموجودة والتى قد تكون عديمة الثقة ومرفوضة غير كفء ، وهذا ما يكون اتجاهاً نفسيًا نحو الخوف والشك لدى الطفل وخواف نحو العالم الخارجى بصفة عامة والناس بصفة خاصة . الأمر الذى يظهر تأثيرا مرضياً فى المراحل التالية لنمو الشخصية ، ويؤكد أريكسون أن الشعور بعدم الثقة يتزايد لدى الطفل عندما تنشغل الأم عنه وتتحول عنه ؛ من كونه البؤرة الأساسية والمحور الأساسى لاهتماماتها إلى الاهتمام بأشياء أخرى ، مثل «الرجوع لمهنة سابقة أو الانشغال بالحمل الثانى» .

وأخيراً .. فإن اختلاف الأبوين ثقافياً فى أنماط معاملة الطفل ، وسبل رعايته ، ووجود صراع فى النسق القيمى والثقافة السائدة بين الوالدين ، من شأنه أن يخلق مناخاً من الغموض لدى الطفل ؛ يترتب عليه شعور بفقدان الثقة حتى فى الوالدين .

ولعل من أهم المصاحبات السلوكية لهذا الخلل النمائى فى بناء الثقة – كما يقول أريكسون – معاناة الأطفال للاكتئاب الحاد ، والراشدين للبرانويا .

والافتراض الأساسى لهذه النظرية النفس اجتماعية هو أن أزمة الثقة مقابل فقدان الثقة (أو أى أزمة لاحقة) ، لا تحل بشكل دائم خلال السنة الأولى أو الثانية من الحياة .

ووفقا لمبدأ التعاقب ، فإن الثقة مقابل فقدان الثقة «قد تظهر مرة ثانية فى مراحل نمائية لاحقة ، على الرغم من أنها تكون أشد تركيزا فى مرحلة الطفولة ، لذا فإن تأسيس الثقة بالنفس والثقة بالأم تمكن الطفل من تحمل الإحباط الذى سوف يواجهه حتما نتيجة للخبرات ، التى سوف يمر بها فى المراحل اللاحقة لنموه .

ويؤكد أريكسون أن النمو الصحى للأطفال لا ينبثق بشكل مباشر من الإحساس بالثقة فحسب ، ولكن من مدى ممارسة الطفل للثقة فى مقابل فقدانها .

وإنه لمن الضرورى أن نعرف كيف نفرق بين ما يجب أن نثق به وما يجب ألا نثق به .. فإن القدرة على توقع الخطر شيء جوهرى لسيادة البيئة ومتطلبات المعيشة ، ولهذا أكد أريكسون أن ثمة استعدادا فطريا فى الحيوان لاكتساب تلك القدرة النفسية ، لكن فى الإنسان يجب أن يتم تعلمها فهى ليست فطرية .

وأخيرا فقد اقترح أريكسون أن يقمن الأمهات من مختلف الثقافات وطبقات المجتمع بتعليم الثقة بطرق مختلفة ، وإلى الآن فإن إحراز أساس الثقة هو شيء جوهرى ؛ بمعنى أن الفرد يستطيع أن يثق فى العالم الاجتماعى المتمثل فى شكل أمه حيث يعتمد عليها فى أنها بجواره وتدعمه بالشيء المناسب فى الوقت المناسب .

ويؤكد أريكسون أننا نكتسب الفضيلة من خلال الحلول الناجحة للصراع بين الثقة فى مقابل فقدانها ، وأن الإحساس بالثقة لدى الطفل يصبح طاقة مفعمة بالأمل فى المستقبل القادم ، وتتحول إلى أساس متين للثقة فى المؤسسات الدينية ؛ ونمو قوة الأنا من خلال الثقة بالنفس يجعل الفرد أشد إيمانا ، وقدرة على إضفاء المعنى للحياة وعلى اعتبار الثقافة العامة جديرة بالتقدير والاعتبار .

فثمة حركة ديناميــة – إذاً – بين الداخل والخارج ، بين ذات الطفل والعالم المحيط به ، من شأنها أن تحقق له الأمن والثقة ، أو تفقده هذا الشعور بالأمن، ومن ثم الثقة بنفسه وبالآخرين .

٢- الطفولة المبكرة : Early childhood

الشعور بالاستقلال مقابل الشعور بالخجل والشك :

Autonomy vs. shame and doubt

وتحتل السنتان الثانية والثالثة من عمر الطفل ، وفيها يتحدد مدى قدرة الطفل على الاعتماد على نفسه . ويرجع ذلك إلى القدرات الحسية والحركية والعقلية التى تنمو وتعبر عن نفسها عند الطفل ، وفى هذه المرحلة يستطيع الطفل أن يمشى وأن يتسلق ، وأن يفتش عن حاجاته ، وأن يفتح المغلق ويغلق المفتوح ، وأن يجذب الأشياء وأن يدفع ، ويمسك بقبضته . والطفل بهذه القدرات الجديدة فخور بنفسه ، يحب أن يعمل بنفسه كل شيء ، يأكل ويرتدى ملابسه ونحو ذلك .. إنه يتخلق كموجود مستقل

من خلال قدراته فى كل منشط من مناشط الحياة . ونموه كموجود مستقل يتوقف إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية التى يحيا فى كنفها داخل الأسرة ، والتى قد تنمى لديه الاعتقاد بأنه قادر على التحكم فى عضلاته ، وفى دوافعه وفى بيئته ، أو قد تسلبه الشعور بالاستقلالية ومن ثم الخجل والشك .

إن أساس اكتساب الشعور بالثقة يجعل مرحلة الكفاح للوصول للإنجاز على درجة ذات فاعلية كبيرة للوصول إلى الاستقلال الذاتى والتحكم فى الذات self con-trol وتجنب الخجل والشك والإهانة ، وتلك الفترة تقابل المرحلة الشرجية خلال السنة الثانية والثالثة من حياة الفرد عند «فرويد» .

أما بالنسبة لأريكسون فمن خلال التفاعل مع الوالدين أثناء التدريب على عملية الإخراج ، يستطيع الطفل اكتشاف الفرق بين التحكم كشكل من أشكال الرعاية والتحكم كأسلوب للضبط والتقييد ، كذلك يستطيع الطفل التمييز بين الشعور بالراحة أو أنه نوع من الانطلاق العدوانى المخرب ، لذلك يجب فى تلك المرحلة استخدام الضبط والحزم مع ضبط نسبة الإرادة الجيدة والعناد أو تسلط الرأى ، فالشعور بضبط الذات دون فقد احترام الذات يعتبر مصدرا للثقة فى الإرادة الحرة .

إن الشعور بالسيطرة من قبل الوالدين وفقد التحكم فى الذات من الممكن أن يؤدى ذلك على ارتفاع فى درجة النزعة للشك والخجل . (أريكسون ، ١٩٦٨) .

الأطفال فى العادة قبل تلك المرحلة يعتمدون بشكل كلى على الآخرين لرعايتهم .. إلا أنه سرعان ما يتم نضجهم الجسمى والعصبى واللغوى وتنمو قدرتهم على التمييز الاجتماعى ، ثم يبدأون فى الاستكشاف والتفاعل مع البيئة المحيطة بشكل أكثر استقلالية واعتماداً على النفس ، ومن ثم يشعرون بالفخر والاعتزاز لاكتشاف مهاراتهم الحركية الجديدة بأنفسهم ، ويرغبون فى القيام بكل شىء بأنفسهم مثل (عملية الإخراج – اللبس بأنفسهم ، إطعام أنفسهم) حيث رغبة أكيدة تملك الطفل للبحث والاكتشاف والاختيار ، وهناك موقفان يمارسهما الطفل تجاه والديه هما : دعنى أفعل هذا ، وأنا ما أرغب .

ومن وجهة نظر أريكسون ، فإن مواجهة تلك الأزمة النفسية فى هذه المرحلة يعتمد بالدرجة الأولى على مدى رغبة الوالدين فى السماح تدريجيا لأطفالهم بممارسة حريتهم للسيطرة على أنشطتهم وفاعليتهم ، التى تؤثر على حياتهم المستقبلية .

وفى الوقت نفسه، فقد أكد أريكسون أن الوالدين يجب أن يتدخلا فى حياة أطفالهم لكن بحدود ؛ لأن التدخل المفرط فى شئونهم يصبح ضارا بالأبناء وبالآخرين، وعلى هذا فإن الاستقلال الذاتى لا يعنى إعطاء الطفل الحرية دون قيود، بل يعنى أنه يجب على الوالدين أن يدعما درجات من الحرية عبر نمو مسئولية الطفل لإدراك الاختيار وممارسته ، ويعتبر أريكسون أن خبرة الطفل للخجل قد تظهر فى بعض الأحيان نتيجة شحنات غضب عارم ، يتملك الطفل ، ويتجه إلى داخله ؛ لأنه لم يستطع أن يعبر عن استقلاله الذاتى والقدرة على أن يخبر التحكم فى الذات . ومن الممكن أن يظهر الخجل إذا كان الوالدان غير صبورين ويصران على فعل كل ما فى إمكانهم لطفلهم ، وكذلك يظهر الخجل إذا توقع الوالدين من الطفل أن يفعل ما لم يستطيع الوالدان فعله . لكن من المؤكد أن الوالدين قد دفعا بطفلهما خارج الحدود المناسبة والمتوقعة من الطفل .. ليس هذا فقط بل عندما يصر الوالدان على الحماية الزائدة للطفل أو إهماله وعدم الشعور به واللامبالاة .

بهذا يكتسب الطفل بصورة مؤكدة الشعور بالخجل تجاه الآخرين والشعور الدائم بعدم الثقة حول مدى تأثيره فى ضبط ذاته ، أو التحكم فى العالم المحيط أكثر من الشعور بالثقة بالنفس حول مدى قدرته على التفاعل بشكل فعال مع البيئة ، مثل الأطفال الذين يدركون أنهم مرفوضون لأنهم عديمى الفائدة وعاجزون وغير واثقين من قوة إرادتهم will power ومن السيطرة عليها واستغلالها . وبالتالى تكون النتيجة هى الاتجاه النفسى نحو الشك الذاتى self doubt والخضوع والشعور بالعجز ، يعتقد أريكسون أن إحراز الشعور المستقر بالاستقلال الذاتى يمنح الطفل الشعور بالثقة والاستقلال الذاتى ، ومن الممكن أحيانا أن يضعف مستقبل النمو النفسى للطفل فعلى سبيل المثال : الطفل الذى اكتسب شعوراً غير متوازن بالثقة .. فإنه من الممكن أثناء مرحلة الاستقلال الذاتى أن يشعر بالتردد والخوف وعدم الأمان تجاه الوالدين ، ومن هنا يستمر فى طلب المساعدة من الآخرين .

ويبين أريكسون أنه من المحتمل أن تظهر أعراض الوسواس القهرى وما ينطوى عليه من مظاهر نفسية ، إضافة إلى بزوغ أعراض البرانويا وبخاصة الإحساس المفرط بالاضطهاد Persecution والعظمة فى المستقبل .

ويؤكد أريكسون أن النظير الاجتماعى لاستقلال الذات هو مؤسسة القانون والقواعد الأخلاقية . ولهذا يقول أريكسون (١٩٦٨) إن الوالدين يجب أن ينقلا الالتزام تجاه العدالة واحترام الحقوق وحقوق الآخرين على أطفالهم ليتقبلوا حدود الاستقلال

الذاتي في مرحلة الرشد ؛ فقوة الإرادة هى تصميم متواصل لاختبار الاختيار الحر كما في ضبط النفس والتحكم فى الذات ، على الرغم من خبرات الشك والضيق من تحكم الآخرين ، فالإرادة الخيرة تتأصل فى الحكمة والاعتدال فى إرشاد الوالدين مع التزامهم واحترامهم لروح القانون (ص ٢٨٨) .

ويدعونا إلى الإيمان فى المستقبل والالتزام بالمنجزات العلمية والمهارات الفنية وبرامج النشاط الاجتماعى .

٣- مرحلة اللعب : Play age

المبادأة مقابل الشعور بالذنب : Initiative versus guilt

المبادأة مقابل الشعور بالذنب هى خبرة الصراع النفسى الأخير لطفل ما قبل المدرسة ، وهى ما يطلق عليها أريكسون «سن اللعب» ، وهى تطابق مرحلة النمو عند فرويد والتى حددها بالمرحلة القضيبية Phillic ، والتى تمتد تقريبا من سن الرابعة حتى دخول المدرسة فى هذه المرحلة ، يتحدى المجتمع طاقات الطفل ليكون مغالا وسيدا على مهاراته ، الأمر الذى يعده ليكون عضوا منتجا فى المجتمع ...

ويتولى الأطفال إضافة مسئولية جديدة لأنفسهم ، وهى أن يتعرفوا العالم المحيط من خلال (اللعب - الحيوانات الأليفة - أشقائهم الصغار ...) فهم يختبرون أشياء جديدة ، وبالتالى تزداد مسئوليتهم فى المجتمع المحيط بهم ، أن اللغة والمهارات الحركية تسمح للأطفال بالمشاركة مع من هم أكبر منهم سناً بعد الانفصال عن البيئة المنزلية وهكذا يسمح بالاشتراك فى مختلف الألعاب الاجتماعية ، ومن هنا يبدأ الطفل بالشعور بأنه مستقل وأن له هدفاً فى الحياة .

ويبدأ يشعر الطفل بهويته وشخصيته ، وبالرجوع لأريكسون : فإن المبادأة تضيف للاستقلال الذاتى القدرة على التخطيط الجيد ومواجهة المشكلات ؛ من أجل تحديد إرادة الذات self - will من قبل أفعال التحدى أو الاعتراض للاستقلال (أريكسون ١٩٦٣ ، ص ١٥٥) .

إن الأطفال الذين يتم تشجيعهم للقيام بأنشطتهم ، يكون لديهم تعزيز تجاه الشعور بالمبادأة ، فالمبادأة من أسهل ما يمكن عندما يعترف الوالدان بفضول الأطفال وعدم السخرية أو إعاقة النشاط التخيلى لدى الأطفال .

ويشير أريكسون إلى أن الأطفال فى تلك المرحلة تتكون لديهم أهداف موجهة

ومنظمة .. فهم يميزون الأشخاص ويستطيعون الفهم والإعجاب أو عدم الإعجاب بمن حولهم .. فإن تعليمهم يتقدم بسرعة ؛ حيث يبدأون فى عمل الخطط والتخطيط للمشاريع.

وفى هذه المرحلة الثالثة ، تتميز قدراتهم الحسية والحركية والعقلية والوجدانية واللغوية ، فهو يستطيع أن يجرى ، وأن يركب دراجة ، وأن يبادر بأنشطة حركية يقوم بها من تلقاء نفسه ، محاولاً السيطرة على البيئة المحيطة ، مخترقاً حجب المجهول ، منقبا ومتفرداً فى تصرفاته ، لا يكتفى بتقليد الآخرين ، بل يقوم بكل ما من شأنه أن يقوى سيطرته على ما يحيط به ، وفى هذه المرحلة تتمايز قدراته اللغوية والتصويرية فى هيئة حوارات وتصورات يتخذ فيها فعل المبادأة بكل تلقائية الحركة ، وينمو لديه الضمير الخلقى ويستطيع إلى حد كبير أن يميز بين الصواب والخطأ ، وبين ما هو خير وما هو شر ونحو ذلك .

ويؤكد أريكسون فى هذه المرحلة ، شأن غيرها من المراحل ، دينامية الحركة بين الطفل وبين المحيط الأسرى الذى ينشأ فيه ، ويرى أن الطفل فى هذه المرحلة يتذبذب بين طرفين : المبادأة فى طرف والشعور بالذنب فى الطرف الآخر .

وعلى المستوى النفسى يرجع الشعور بالذنب لدى الأطفال بالدرجة الأولى إلى الوالدين ، الذين لم يسمحوا للطفل بفرصة اكتمال مطالبه . وأيضاً يرجع إلى الإفراط فى استخدام العقاب punishment لحث الطفل على القيام بأفعال معينة يرضى عنها الآباء ، ويكون محبوباً للجنس المقابل من الوالد حيث يشارك أريكسون فرويد فى وجهة نظره حول الطبيعة الجنسية المتضمنة فى أزمة النمو «تعريف الدور الجنسى وعقدة أوديب Oedipus وعقدة إلكترا Electra ...

لكن وجهة نظره الخاصة تتحدد فى نطاق أكثر اجتماعية ، على أى حال فالطفل الذى تأثر بخبرات الشعور الذنب تكون لديه مشاعر انسحابية وعدم الثقة بالنفس ، ويكون غير مؤثر فى الجماعة ويعتمد بكثرة على الكبار وينقصه المدح والتشجيع .

وقد افترض أريكسون أيضاً أن الشعور الدائم بالذنب من الممكن أن يتطور إلى نوع من أنواع الأمراض النفسية لدى الكبار يتمثل فى «القصور الذاتى أو السلبية العامة – أو العجز الجنسى – البرود الجنسى – والتجسيد السيكوباتى» (*) ، وأخيرا إن درجة الإقدام المكتسبة فى تلك المرحلة من حياة الطفل يرجعها أريكسون على النظام

(*) Sexual impotence, frigidity and psychopathology acting out.

الاقتصادى للجماعة . ويؤكد بأن إمكانية الطفل للعمل فى المستقبل ؛ ليكون أكثر إنتاجية وكفاية للذات ضمن سياق نظام المجتمع الاقتصادى يعتمد بالدرجة الأولى على القدرة على إدارة تلك الأزمة النفسية .

وكيما تتغلب روح المبادأة على الشعور بالذنب يجب على الوالدين أن يستجيبا لحركة الحياة للطفل بتشجيعه على الأنشطة التى تنمى فيه المبادأة كالجرى وركوب الدرجات وممارسة الرياضة واقتحام المجهول وركوب الخطر ، ومن ثم لا يسخران من نشاطاته ولا يصدانه عن التساؤل حتى لا ينميان لديه الشعور المستمر بالذنب ، وأنه غير مستطيع بنفسه بل بمساعدة الآخرين ، محاصراً فى تصرفاته بترسانة من الأوامر والنواحى ، أن افعل ولا تفعل .. كل ذلك من شأنه أن يسلبه روح المبادأة الجسورة ، وينمى فى أعماقه الشعور بالذنب والخوف والشك فى قدراته وفى إمكاناته ودوافعه، وتساؤلاته وما إلى ذلك .

٤- سن المدرسة : School age

المثابرة مقابل الإحساس بالدونية : Industry versus inferiority

تقع هذه المرحلة من السادسة حتى البلوغ (٦- ١٢) ، وتأتى هذه المرحلة متممة للمرحلة السابقة ، وتسمى بالتعبير الفرويدى بمرحلة الكمون Latency ، وهنا ولأول مرة ، يتوقع من الطفل أن يتعلم المهارات الأولية للثقافة القومية من خلال التعليم الأساسى .

وترتبط هذه المرحلة بزيادة قدرة الطفل الاستنتاجية وضبط الذات ؛ إضافة إلى تنامى القدرة على الارتباط بالثقافة السائدة والالتزام بالقواعد والمعايير الموجودة ؛ فعلى سبيل المثال «ليس فى هذه المرحلة العمرية بمقدور الأطفال المشاركة فى ألعاب تبادل الأدوار Take - turn لأنه يتطلب قبول نظم القواعد المنظمة» (بياجيه ، Pia-get، ١٩٩٣) .

وفى هذه المرحلة تبدأ مظاهر «الأوديبية» التى تحدث عنها فرويد فى الانسحاب تدريجيا ، فحب الطفل للوالد من الجنس نفسه ، ورفض الطفل الوالد من الجنس نفسه ، ينتهى تدريجيا ، وتظهر الرغبة الداخلية فى التعلم والإنتاج . وفى هذه المرحلة تتفتح قدرات الطفل العقلية والتصورية ويستطيع استنتاج النتائج من المقدمات، ويستطيع أن يمارس مناشط اللعب والتعلم وفقاً لقواعد اللعب والعمل والتعلم .

ويؤكد أريكسون دينامية التفاعل النفسى والاجتماعى والثقافى الذى تتسم به هذه المرحلة فوق متصل فى إحدى طرفيه ، يكون الاجتهاد والمثابرة وفى الطرف الآخر يكون الشعور بالنقص أو الدونية .

والعمل المميز فى هذه المرحلة هو الاهتمام بالكيف على حساب الكم ؛ فالطفل يهتم بالكيفية التى تصنع بها الأشياء ، وجوهر حركتها ، والوظيفة التى تؤديها . ومن ثم كان الإجتهاد والمثابرة وإطلاق العنان للتصورات العقلية سمة مميزة لهذه المرحلة. ويدعونا أريكسون إلى تشجيع الأطفال على الجهد والمثابرة فى صنع أدوات الواقع الذى يعيشه بطريقة عملية (كنماذج الطائرات وبناء المنازل أو الطهو أو التطريز ونحو ذلك) .

وإذ نحن شجعنا الطفل على ذلك نمت قدراته واحب العمل كقيمة وتفتحت قدراته ، وتعلم كيف يكون الجهد ويكون الإصرار لبلوغ الهدف وتعلم الكيفية ، أما إذا سخرنا من قدراته ، وصورنا له كل ما يفعله على أنه عبث فى عبث ، وأنه لا يتمتع بأى قدرة وليس وراء ما يفعله فائدة أو قيمة انتابه شعور عميق بالخزى من قدراته ، والإحساس بالدونية والعجز واللامبالاة وما إلى ذلك من أعراض نفسية ، تستمر معه إلى المراهقة وما بعدها من سنوات العمر .

وتلعب المدرسة فى هذه المرحلة دوراً كبيراً فى تشكيل وصياغة مكونات الطفل النفسية بوصفها عالماً أكبر من أسرته ، غنى وثرى بدينامياته الاجتماعية والنفسية ومن ثم قد تؤكد فى داخله خصائص المثابرة والعمل أو تسلبه ذلك ، وتتيح لمشاعر الدونية كى تستولى على الشخصية ومعها العجز والإحساس بأن الحياة لا تؤخذ بالمبادأة، والملل من كل شيء ، وفقدان الثقة فى النفس وفى الآخرين .

ومن دراساته للثقافات البدائية ، لاحظ أريكسون أن تعليم الأطفال كان أقل تعقيداً وأشد ارتباطاً بالمجتمع ، ويتسم بالبرجماتية ، فوجود سهولة فى التعامل مع أدوات مثل الأسلحة وغيرها من الأشياء ؛ ترتبط ارتباطاً مباشراً بدور مستقبل الطفل كراشد ؛ وحيث توجد لغة مكتوبة ، بتعليم الطفل فى البداية مبادئ القراءة والكتابة ، التى تمكنه من إتقان المهارات المعقدة المطلوبة فى مختلف الأنشطة والوظائف فى الوقت المناسب .

وفى الواقع .. فإن نوع التعليم الذى يقدم للأطفال يتغير بتغير الثقافة ، ولهذا يصبح الأطفال أشد حساسية تجاه «القيم والمبادئ والتكنولوجيا Technological ethos» السائدة فى ثقافتهم ، وأكثر اعتزازا بهويتهم الثقافية .

ويضيف أريكسون أن الشعور بالمثابرة لدى الطفل ينمو عندما يبدأ فى فهم الثقافة التكنولوجية عند دخوله المدرسة ، فإن مصطلح «المثابرة» أو «الاجتهاد» يستحوذ على موضوع النمو الرئيسى لتلك المرحلة ؛ لأن الأطفال ينشغلون بكيفية صناعة الأشياء وكيفية إدارتها .. مثل هذا الاهتمام يتم تعزيزه من قبل المحيطين وفى المدارس يقدمون «العناصر التكنولوجية» للعالم الاجتماعى من خلال التدريس والعمل معهم ، ومن ثم تبدأ هوية الأنا فى التكوين لدى الأطفال وتترجمها هذه العبارة : أنا ما أتعلمه I am what learn

إن خطورة تلك المرحلة تكمن فى تطور الشعور بالنقص أو العجز ؛ فعلى سبيل المثال : إذا شك الطفل فى مهارته وسط أقرانه فربما هذا يعيقه عن متابعة التعلم «فالاتجاه نحو المدرسين والتعليم يتم الاهتمام به خلال تلك الفترة» ومن الممكن أيضاً أن ينمو الشعور بالعجز إذا اكتشف الطفل أن جنسه ونوعه ودينه وحالته الاجتماعية الاقتصادية هى التى تحدد اعتباره كفرد وليس مهاراته ودافعيته ، فتكون النتيجة أن يفقد الطفل الثقة فى قدرته على العمل بشكل فعال وفى العالم المحيط به ، فمشاعر الطفل نحو الكفاية والمثابرة فى المجتمع تتأثر بشكل كبير بتحصيله الدراسى . ويدرك أريكسون أن هذا التعريف المحدود للنجاح له تأثير سلبى ، ولكى يكون أكثر تحديداً يضيف بأنه لو أن الطفل يقبل إتمام الدراسة أو عمل مقياس للحكم على قيمة الذات لديه من الممكن أن يصبح مجرد أسى لتأثير عمل الثقافة والحضارة ، وهذا يؤسس تدرج الدور .

إذاً فالإحساس الحقيقى للمثابرة يتضمن أكثر من مجرد كون الفرد عاملاً جيداً. ويضيف أريكسون أن المثابرة تشتمل على مشاعر لعل من أهمها أن يكون الفرد أكثر اجتماعية مع المحيطين به ، وواثق من مدى تأثيره الإيجابى فى العالم الاجتماعى ، له مطالب فردية واجتماعية ذات هدف واضح .. ولهذا فإن القوة النفسية والاجتماعية للكفاية والإقدار تشكل أساس الاشتراك الفعال فى النظام الاجتماعى والاقتصادى والسياسى .

٥- المراهقة : Adolescent

هوية الأنا مقابل تشتت الدور :

Ego identity versus role confusion

يعتبر أريكسون المراهقة «مرحلة أزمة الشخصية» ، قمة قصة الدراما النمائية فى الوجود الإنسانى ، ففيها تتقمم كل المراحل النمائية السابقة ، فهى مرحلة الوجود الحقيقى للشخصية ؛ حيث تتعمق التوحدات ويتشكل إلى حد كبير بناء الثقة ، والشعور بالاستقلال وبالمبادأة وأن الحياة تستمد مقوماتها من الاجتهاد والمثابرة ، فى مقابل فقدان الثقة ، والشعور بالخزى والخجل ، والشعور بالذنب والإحساس بالدونية والعجز وما على ذلك من زملة أعراض مرضية ، تصاحب فقدان الثقة بالنفس وفى الآخرين والشعور بالخوف والقلق والعدوان .

والمراهقة ، ذروة الوجود الحقيقى للشخصية تقع ما بين (١٢ - ١٨ سنة) وهى مرحلة أزمة «أزمة هوية» تمضى بالشخصية كمحصلة ديناميه للصراعات التى عاشها المراهق وهو صغير إلى الشعور بالهوية أو إلى «عدم تعيين الهوية» ، حيث الشعور بالاغتراب وذوبان المراهق فى الآخرين ، وعدم قدرته على اكتشاف موقع فى صميم الواقع ، والعيش نهبا لمشاعر الأثم والقلق وفقدان الثقة وما إلى ذلك .

المراهقة هى نقطة الارتكاز للمرحلة الخامسة فى مخطط أريكسون فى دورة الحياة عند الفرد ، حيث يعتبرها على درجة كبيرة من الأهمية فى تطور النمو النفسى لدى الفرد فهو لم يعد طفلاً ولم يصبح راشداً وتقع تلك المرحلة ، ويواجه المراهق مطالب اجتماعية عديدة وتغيير فى الدور الأساسى لمواجهة تحديات سن الرشد .

فى الحقيقة أن اهتمام أريكسون بالمراهقة والمشكلات المرافقة لها قد وجهته لتقديم تحليلات أكثر توسعاً وعمقا لتلك المرحلة أكثر من أى مرحلة أخرى للنمو النفسى الاجتماعى ، فالبعد النفسي والاجتماعى الجديد يظهر أثناء المراهقة فى نمو هوية الأنا عند الطرف الإيجابى واختلاط الأدوار عند النهاية السلبى . فالمطالب تواجه المراهقين لتدعيم كل المعرفة التى اكتسبوها عن أنفسهم وعن الآخرين .

ويؤكد أريكسون (١٩٨٢) الطبيعة النفسية الاجتماعية لهوية الأنا بالتركيز على الصراع بين هوية الأنا فى مقابل تشتت الأدوار واختلافها مع الأنا نفسها بمعنى أن الشخصية أو الهوية مقابل اختلاط الأدوار .

ويمكن تعريف هوية الأنـا بأنها تكمن في نمو وتطور الشباب ، الذى يصاحبه ثورة فسيولوجية واهتمام بمحاولة تدعيم الأدوار الاجتماعية للمراهقين . وأحيانا يكونون فضولين على نحو مرضٍ ، ومهتمين بما يظهرون به أمام عيون الآخرين . والسؤال كيف نربط الأدوار المثمرة الباكرة والمهارات المتميزة مع فكرة الأنموذج الأصلى لدفعة التطور فى عالم اليوم .

التكامل يحيل الآن مكانة فى تكوين هوية الأنـا ، على نحو أفضل من كافة التوحدات identifications فثمة مكون ثابت ، يمثل مطلباً لا مناص منه إذا ما أردنا أن يكون الشباب على نحو أفضل ؛ يتكون من تجارب المراحل الناجحة ، وتتكون التوحدات الناجحة من دوافع الفرد الأساسية ومواهبه المتميزة ، وفرصه المتاحة ، وعندئذ يصبح الإحساس بهوية الأنـا ، نتاجاً لمشاعر ثقة قوية ، تمنح الفرد الإحساس بأنه فى تفرد لا إشراك فيه ، وأنه هو من هو sameness فى كل متصل يتصف بالاستمرارية continuitiy . (١٩٦٣ ، ص ٢٦١) .

وعلى نحو إجرائى يحدد لنا أريكسون هوية الأنا «ذلك الإحساس بالهوية الذى يهيئ القدرة على تجربة ذات المرء كشىء له استمراريته وكونه هو الشىء نفسه ، ثم التصرف تبعاً لذلك» (ص ٣٨) .

وإحساس الفرد بتفرد هويته وبتواصله ، يجعله يشعر بأن الآخرين يتميزون بما يتميز به وأن كل فرد له تميزه ، وهذا ما يضفى على العلاقات الإنسانية معنى (ص ٢٦١) .

وتعريف أريكسون ينطوى على ثلاثة معان :

الأول : أن الشباب الصغير لابد وأن يدركوا أنفسهم باعتبارهم يمثلون هويات متميزة تتصف بتفرد لا إشراك فيه ؛ وتواصل لا انقطاع فيه ، فالمراهق لابد وأن يعى نفسه بأنه هو ؛ وبأنه كل متصل لا انفصام فيه sameness and continuity . ولبلوغ هذا الإحساس المتين بالهوية ، لابد وأن يكون المراهق صورة عن نفسه ، لينصهر فيها الماضى مع التطلع صوب المستقبل .

ثانياً : أن يدرك الشباب الصغير أن الآخرين لهم هوياتهم وتفردهم ، وهذا يعنى أن المراهقين يحتاجون إلى مشاعر ثقة بالنفس ، تقوى دعائم الوحدة الداخلية .

ثالثاً : وإذا لم يحقق المراهق ذلك الإحساس بالهوية الذى يعتمد على دعائم الثقة بالنفس ، فإنه يعيش نهبًا لمشاعر القلق وعدم تعيين الهوية والإحساس باللامبالاة apathy والاغتراب alienation ، الأمر الذى يفجر مشاعر الأنانية على نحو كبير ، ويفضى إلى بزوغ مرحلة أزمة الهوية identity crisis .

ويصاحب نضج المراهق انفعاليا واجتماعيا تغيراً فى نظرته إلى العالم الذى يعيش فيه ، وتقييما له ؛ وفقا لعلاقاته به ، فيتصور أسراً مثالية ، وعقائد ومجتمعات وفلسفات أفضل من مجتمعه ، ويبدأ مرحلة الصدام مع عالم الكبار ، ويتحول عنده الارتباط الأسرى من علاقاته بوالديه وأخوته إلى رغبة فى مصاحبة رفيق من الجنس نفسه أو من الجنس الآخر ، ويبدأ فى قبول ما يتفق مع عقله ويرفض ما لا يتفق معه.

ويفسر أريكسون (١٩٦٨) ذلك بقوله فى هذه المرحلة «يصبح عقل المراهق عقلاً أيدلوجيا idealogical mind ، يتشكل من توحدات مستلهمة من مثاليات» (ص ٢٩٠).

ويعرف أريكسون (١٩٥٨) الأيدلوجيا Ideology بأنها «مجموعة من القيم اللاشعورية ، المسلمات assumptions التى تعكس التوجه الدينى والأفكار السياسية والعلمية لثقافة الفرد ، والهدف من الأيدلوجيا هو خلق صورة للعالم مقنعة على نحو كاف لتدعيم الإحساس الفردى والجماعى بالهوية» . (ص ٢٢) .

ونتيجة لهذا البناء الأيدلوجى ، بما ينطوى عليه من قبول ورفض وصراع ، وتبدأ تساؤلات المراهق : من أكون ؟ who am I ، وإلى أين أمضى وماذا عساى أن أكون ؟

والأسئلة فى حد ذاتها تنطوى عن بحث عن كينونة ، عن موقع فريد فى صميم العالم عن هوية «تتمايز عن هويات الآخرين فى استمرارية وتواصل . وعندما يفشل فى تحديد معنى لهويته من خلال ثقافته السائدة ، يحيا نهباً لمشاعر الإثم والقلق والافتقار إلى الإيمان ، متحدياً آليات الثقافة القائمة ، بالتمرد والصخب والعربدة والثورة على ما هو قائم «و من هنا تنشأ «أزمة الهوية» وما يصاحبها من عوارض مرضية نفسية واجتماعية وثقافية .

ويؤكد أريكسون أن المراهقة الناجحة تستمد مقوماتها من طفولة باكرة تتيح لهوية الأنا النمو والاستمرارية .

ويؤكد أريكسون أن المراهق يعيش ما يمكن تسميته بالتوحدات الزائدة أو المفرطة ، حيث يتوحد مع الأطفال المشهورين كنجوم السينما واللاعبين الرياضيين وموسيقى الروك ، وقد يتم التوحد مع جماعات مضادة للثقافة السائدة (مثل القادة الثوريين ، والمحتالين skinheads ، والمنحرفين) ، وهذا دليل على إعاقة نمو الأنا ومن ثم تقييد بزوغ الهوية .

والبحث عن هوية قد يكون صعباً لدى بعض الجماعات دون البعض الآخر ، فعلى سبيل المثال لا تستطيع المرأة أن تبلغ إلى الإحساس المتين بالهوية فى مجتمع ينظر إليها على أنها أدنى من الرجل ، وتحتل المرتبة الثانية فى تصنيفه للناس .

ويطلق أريكسون على الفشل فى تنمية الهوية الشخصية مصطلح «أزمة الهوية»، وأزمة الهوية ، أو تشتت الدور الذى ينبغى تحديده والقيام به ، غالباً ما يحدد خصائص الذين يتصفون بعدم القدرة على اختيار التخصص العلمى الذى يريده ، أو الهدف الذى يكمن وراء العلم ، ويحيا نهباً لصراعاته الداخلية ، وعلى نحو عبثى fu-tility ، حيث عدم القدرة على التنظيم الشخصى وغيبة الهدف من الحياة ، ومن ثم يشعرون بعدم الكفاية أو أنه غير كفء ، والاغتراب واختلال الآنية Dopersonaliz-tion ، الأمر الذى يدفعه إلى البحث عن «هوية سلبية» بتوحدات مضادة لقيم الآباء والرفقاء ، والوقوع فى براثن الانحراف والسلبية واللامبالاة .

ويؤكد أريكسون أن الحياة متواصلة التغير ، وأن حل أى مشكلة نمائية فى مرحلة عمرية معينة ، ليس ضماناً guarantee ضد ظهورها مرة أخرى فى مرحلة عمرية لاحقة ، أو ضد محاولة اكتشاف حلول جديدة لهذه المشكلات ، ويختتم تأكيداته بأن «هوية الأنا» كفاح متواصل مدى الحياة .

٦ - بداية الرشد : الألفة مقابل العزلة

Early Adulthood: Intimacy Versus Isolation

هى المرحلة السادسة لدورة الحياة وفقا لتصورات أريكسون ، وتتسم بتفاعلاتها النفس اجتماعية منبثة بمرحلة بداية الرشد ، الذى يبدأ من المراهقة المتأخرة إلى بداية الرشد (٢٠ – ٥٠ سنة) .

وفى هذه المرحلة يتضح عمق التفاعلات النفس اجتماعية ، وقيم الالتزام والحس الخلقى وقوة وحميمية العلاقات الإنسانية ؛ فالشباب فى هذه المرحلة يكون مدفوعاً نحو إثراء إمكاناته ومواهبه .

قبل هذه المرحلة يكون البحث عن هوية الأنا هو الدافع الأساس للسلوك الجنسى، أما فى هذه المرحلة ، فثمة بعد جديد ، يكمن فى التفاعلات البين شخصية ، وهذه التفاعلات من شأنها أن تفضى إلى الألفة ، فى جانبها الإيجابى أو إلى العزلة باعتبارها تمثل الطرف النقيض من العلاقات الإنسانية الحميمة .

وينظر أريكسون إلى مصطلح intimacy باعتباره مفهوما متعدد الأبعاد multi-dimentional ، مختلف من حيث زاوية الرؤية إليه ، فهو يفيد إقامة علاقة إنسانية بوجود «قرين» يمثل الأخ أو الأخت أو الوالدين ، الأقارب ، الأصدقاء ، ويفيد أيضاً التعبير عن القدرة فى دمج الهوية الذاتية fuse للفرد فى آخر ، دون خوف من الإحساس بفقدان الهوية الذاتية (Evans, p. 48 , 1967) .

ويعتبر أريكسون هذا الانصهار بين الأنا والآخر هو الأساس الجوهرى لإقامة علاقة زوجية خصبة وممتلئة معنى .

والإحساس بالألفة (الارتباط الحميم) لا يمكن أن يتحقق إلا من خلال إحساس بالهوية ؛ متوازنا ومستقراً ، يقيم دعائمه على الثقة فى النفس وفى الآخرين ، ومن ثم الإحساس بالشك والخوف والانعزال .

والألفة لا يمكن أن تتحقق إلا من خلال أرضية مشتركة من المشاعر القوية والفهم المتبادل لطبيعة كل من الطرفين والإحساس المتين بالثقة واليقين فى الآخر .

ومن جماع ما سبق نتبين أن الألفة تتجاوز حدود مطلب الإحساس الجنسى فحسب إلى تعميق مشاعر التراحم empathy والانفتاح والإحساس بالمسئولية والالتزام تجاه الآخر .

والخطر الرئيسى فى هذه المرحلة يكمن فى الالتصاق بالذات self - absorp-tion أو تجنب العلاقات البين شخصية ، ومن ثم فإن العجز فى إقامة علاقات وارتباطات حميمة بين الناس ؛ يفضى إلى الشعور بالعزلة والفراغ الاجتماعى والوحدة النفسية loneliness .

وعلى هذا ، فإن الفرد إذا ما التصق بنفسه مستغرقا فيها ، فإن الألفة تصبح أمراً مستحيلاً ، ومن ثم تظهر أنماط الشخصية المضادة للمجتمع antisocial والشخصيات السيكوباتية psychopathic .

ولعل الحل السوى لأزمة الألفة فى مقابل العزلة يكمن فى القوة النفسية

والاجتماعية للحب «الذى ينصهر فيه ما هو عاطفى مع ما هو شبقى erotic» .

والحب عند أريكسون التزام ومسئولية وإنكار للذات ووسطية فى الفكر والسلوك . ولا يتحقق ذلك إلا فى إطار من التزام خلقى ethic ، يعبر عن ثقافة المجتمع ويضفى على العلاقات الإنسانية معنى والتزاما وقيمة .

ومما سبق يمكن القول بأن الألفة تستند إلى الشعور بالهوية ، وبأن الفرد قادر على تحقيق التواصل بينه وبين نفسه ، وبينه وبين الآخرين ، وأن يكون قادراً على إقامة علاقة حب إنسانية مع الجنس الآخر ، يتعمق فيها الوجدان بالجنس بمعناه السوى ، وللألفة عند أريكسون معنى واسع ، يحتوى كافة مظاهر تواصل الفرد مع نفسه ومع الآخرين ، فليس بالجنس وحده تكون الألفة ، فهناك علاقات التواصل مع الأصدقاء ، والشعور بالالتزام مع الأصدقاء ، والشعور بالالتزام تجاه الآخرين ، فالجنود الذين يقفون فى خندق واحد تتواصل بينهم مشاعر الألفة الحميمة ، وتقوى التفاعلات الاجتماعية من أواصر الألفة .

وعلى الطرف الآخر تكون العزلة ، فالفرد إذا ما فقد الثقة بنفسه ، فإن الألفة مع الآخرين تصبح مستحيلة ، وتظهر عليه أعراض الشعور بالشك والخزى ، والشعور العميق بالدونية وعدم القدرة على المبادأة والخوف من فقدان الهوية ، ومن ثم العيش نهباً لمشاعر العزلة الاجتماعية والنفسية .

٧ - الرشد الأوسط : الإنتاجية في مقابل الركود

Middle Adulthood : Generativity versus stagnation

هى المرحلة السابعة فى تصنيف أريكسون النمائى ، وهى مرحلة تماثل منتصف العمر (٢٦ - ٦٤) ، وتمتد المشكلة المحورية فوق متصل فى إحدى طرفيه «الإنتاجية حيث العطاء من أجل رفاهية وازدهار الأجيال القادمة كيما تحيا وتجد فرصًا خلاقة للعمل ، وعلى الجانب الآخر يكون الركود ، والاستغراق فى الذات ، والتمركز حول الحاجات الشخصية ، والأهداف الشخصية ، والغايات الشخصية غير مكترث بالآخرين على أى نحو من الأنحاء .

فى الطرف الموجب من المتصل يكون هؤلاء الذين يسعون إلى ترسيخ الثقافة القومية والمحافظة عليها ، وعلى الجانب الآخر يكون هؤلاء الذين يرفضون ثقافتهم القومية ، ولا يدافعون عنها ، بل هم على الضد من ذلك .

ويطلق أريكسون على هذه المرحلة اسم «أزمة منتصف العمر crisis of mid-dle ages حيث الإحساس باللاهدف ، وأن الحياة عبثية وقد فقدت معناها .

وتستند شأنها شأن المرحلة السابقة على مراحل النمو السابقة ، وتمتد فوق متصل فى طرف منه الإنتاجية حيث الرغبة فى العطاء ، والاهتمام بما هو قادم والاهتمام بمصلحة الأجيال القادمة ، والشعور بأن الحياة تتقدم وتزدهر بجهود أبنائها ، وفى الطرف الآخر من المتصل يكون استغراق الذات والاهتمام بالمصلحة الشخصية غير مبالين بما يصيب المجتمع والآخرين من أضرار . وهذه المرحلة باختصار تعنى إما أن تكون موضوعاتى منفتحاً على الآخرين أو مستغرقا داخل نفسك ، متشرنقا فى داخلها ، ذاتى المطلب والنزوع ، وفى هذا ارتداد إلى المرحلة الطفلية على المستوى الفردى ومستوى المجتمع أيضا .

٨ - الرشد المتأخر : تكامل الأنا مقابل اليأس

Late Adulthood : Ego Integrity Versus Despair

وتحتل هذه المرحلة ما يمكن أن يسمى بخريف العمر ، وتأتى متممة لما سبقها من مراحل ، ومن ثم فآثار المراحل النمائية السابقة التى تمثل منظومة الحياة بدينامية صراعاتها النفسية والاجتماعية تتجلى فى هذه المرحلة كمرحلة متممة ، تحقق للفرد الشعور بالرضا عن نفسه وتقبله لماضى حياته أو الشعور باليأس والقنوط ؛ لأنه لم يستطع أن يستفد من حياته على نحو فعال وإيجابى .

يقدم أريكسون تصوراً كاملاً عن الارتقاء النمائى للإنسان منذ أن يكون فى المهد صبياً إلى أن يبلغ أرذل العمر ، ويحتوى هذا التصور النمائى على ثمان مراحل نمائية ، لكل مرحلة إيجابياتها وأزماتها ، وتتواصل هذه المراحل بغير انقطاع مكنة صيرورة نمائية هى الإنسان ، ذلك الكل الدينامى ، الذى يعتبر محصلة للتفاعل بين ما هونفسى وما هو اجتماعى وما هو عضوى .

ويبلغ هذا الصراع ذروته فى «مرحلة المراهقة» تلك التى يسمها أريكسون «مرحلة الهوية» أو مرحلة «أزمة الشخصية» ، ويتركز الصراع فى هذه المرحلة بين الشعور بالهوية ومن ثم المضى فى الحياة على نحو إيجابى سوى ، أو «عدم تعين الهوية» ومن ثم العيش نهباً لمشاعر فقدان الثقة والشعور بالشك والخزى والإحساس بالدونية والعجز واللامبالاة ، والشعور بأن الحياة لا تؤخذ بالمبادأة ، ونحو ذلك من زملة أعراض نفسية تصاحب الشعور بعدم تعين الهوية .

وثمة ومضات تفاؤل بصحة نفسية أفضل للإنسان ، تترجمه نظرية أريكسون فى النمو الإنسانى ، تتركز فى أن أزمات الطفولة يمكن حلها وتجاوزها وتخطيها إذا ما توافرت التفاعلات النفسية والاجتماعية التى تتيح للفرد أن يتخطى حدود الأزمة . ولذا يتعين على الآباء والمربين أن يساعدوا الطفل على تجاوز أزمات النمو ، إذا ما أريد لهذا الطفل أن يكون مراهقا سويا ممتلئا شعوراً بالهوية والثقة بالنفس .

ويعطى أريكسون للمرحلة الأولى أهمية كبرى ، فالثقة بالنفس الأساس الذى يقوم عليه نمو الإنسان كله، وهو قاعدة لكل مراحل النمو ، ومن ثم يتعين حل أزمات الطفولة قبل بلوغ مرحلة المراهقة من حيث هى مرحلة للهوية وللوجود الإنسانى معاً.

وقد شغلت المرحلة الأولى من عمر الطفل كثير من العلماء ، يبرز من بينهم الدكتور عبد العزيز القوصى (١) ، الذى يرى أن عالم الأطفال عالم دقيق الحس سريع التأثر ، شديد الانفعال ، قليل الإدراك ، نادر الخبرة ضئيل الحيلة .

ويؤكد بناء الثقة بالنفس لدى الطفل بوصفها الركيزة الأولى فى بناء شخصيته فى جميع أطوار الحياة . والثقة بالنفس عنده مرادفة للشعور بالأمن ، والشعور بالأمن – عند القوصى – قاعدة الحاجات الإنسانية جميعاً ، وفقدان الأمن يترتب عليه القلق والخوف وعدم الاستقرار ، وقد يترتب عليه تكوين الكراهية لمصدر الفقدان وتوجيه نزعات العدوان إليه ، ذلك أن الخوف هو ينبوع العدوان .

---

(١) الدكتور عبد العزيز القوصى علم من أعلام علم النفس والتربية فى عالمنا المعاصر ، تكشفت عبقريته العلمية منذ الثلاثينيات بحصوله على درجة الدكتوراه من جامعة لندن عام ١٩٣٤ حين وصل إلى كشف العامل المكانى ، وهذا كان كشفا علميا أساسياً أكد – ولا زال يؤكد – أصالة المصرى الفذة . وقد توجت الدولة جهوده العلمية بمنحه جائزة الدولة التقديرية فى العلوم الاجتماعية عام ١٩٨٠ .

طاف الدكتور القوصى بجامعات مصر جميعًا معلمًا وأستاذًا ومشرفًا ، وألقى محاضرات فى التربية وعلم النفس فى جامعات لندن وأدنبره والسويد والنرويج وهولندا وواشنطن وميتشجان ، وجيتزفيل فلوريدا ، بيركلى مونتفيدوا بالاروا جواى ونيودلهى وبانجوك ... أسهم فى تحرير عدد من المجلات العلمية التى صدرت فى لندن وأمريكا وألمانيا ، ونشر مئات المقالات والبحوث فى مجالات عربية وأجنبية ، وألف تسعة عشر كتابا فى علم النفس ، وترجم أحد عشر كتابا فى المجال نفسه ، واشترك فى ترجمة عديد من الكتب ، وأدلى هو ومن حوله بالآلف الأحاديث الإذاعية ما بين عام ١٩٥٤ – ١٩٦٠ ، وأشرف وراجع وقدم لسلسلة دراسات سيكولوجية واشترك فى مئات البحوث الميدانية كمعلم ومعالج نفسى ، ومستشار لوزارة التربية والتعليم وخبير فى هيئة اليونسكو ، وأنشأ أول عيادة نفسية فى العالم العربى عام ١٩٣٤ .

ويترتب على الشعور بالأمن النزوع للمخاطرة ، ونجاح هذا يكسب الشخص ثقة فى نفسه ؛ مما يزيد من ميله إلى المخاطرة وتأكيد ذاته .

فالحاجات الأساسية اثنتان : وهما الحاجة إلى الأمن والحاجة إلى المخاطرة . وهاتان النزعتان ظاهرتان فى المجتمع ، فالمجتمع يبدو وكأن فيه قوة للمحافظة ، أو صون التقاليد ، وأخرى للتجديد والابتكار والإبداع والمخاطرة ، وهاتان القوتان تتنازعان المجتمعات والأفراد ، فبحث الطفل عن الطعام والتصاقه بوالديه وهربه من الخطر ، واجتماعه بزملائه ، إنما هو اتجاه نحو الأمن ، أما اتجاه الطفل إلى المقاتلة وحل الأشياء وتركيبها ، والتجول فإنه اتجاه نحو المخاطرة . ويرى بعض الباحثين أنه يمكن الاستغناء عن التفسير المبنى على الحاجة إلى المخاطرة واعتبارها نتيجة للشعور بالأمن ، فالميل للمخاطرة يزداد ويبرز إذا ازداد توافر الشعور بالأمن ، فالطفل الذى يهاجم غيره إنما يفعل ذلك لثقته من قوته ، ولا يجرؤ على الاتصال الاجتماعى الناجح ، إلا إذا كان مطمئناً إلى مقدرته على ذلك اطمئنانا مشتقا من فكرته عن نفسه فى المواقف الاجتماعية المختلفة .

ولكن كيف يتم بناء الثقة لدى الطفل وهو ما يزال صغيراً ؟ إن أول ما نلاحظه أن الطفل الصغير العادى يعيش فى جو كله أمن واطمئنان ، فحاجات الطفل كلها مشبعة ورغباته مجابة . فإذا صرخ فإن الأم تهرع إليه لترضعه أو لتغير له ملابسه أو لتدفئته من حالة البرودة إلى غير ذلك مما يحتاج إليه.

ولكن يلاحظ أن الطفل قرب السنة الثانية يتعلم المشى والكلام ويزداد نشاطه وتكثر حركته ، ويكون مملوءاً ثقة بنفسه ، وتزداد رغبته فى اللعب والصياح والحركة ، ويتضاعف شوقه للمس الأشياء وفحصها ، خصوصا إن كانت مما يملكه الكبار ويقدرونه – تجد معارضة ومقاومة – فكلما لمس شيئا منعه الكبار ، وكلما صاح ضربوه ، وكلما فعل ما لا يروقهم زجروه ، والمنع والزجر والضرب كلها أمور جديدة بالنسبة للطفل فى هذه السن ، فلم يكن يألف منها شيئًا من قبل ، ولم يكن يعرف غير السعادة والرضا والطمأنينة ، أما الآن فهذا كله يقل أو ينعدم ويحل محله اضطراب نفسى ، وقلق داخلى وشعور بفقد السند ، وفقد ما كان عنده من قوة يسخر بها من حوله لقضاء مصالحه وإجابة مطالبه .

فكأن هذا الانتقال المفاجئ فى المعاملة – وهو يحدث حوالى السنة الثانية من حياة الطفل ، ويحدث دون قصد سيء من الوالدين ، بل قد يحدث وفيه قصد التوجيه والتأديب والتربية – هو الذى ينقل الطفل من الامتلاء بالثقة إلى فقدها ، ومن الإيمان

بالقوة الشخصية إلى التشكك فى وجودها ، فيجب أن تكون القاعدة الأساسية أن الانتقال فى المعاملة من السنتين الأوليين إلى ما بعدها - بنوع خاص - يجب أن يكون إنتقالا تدريجياً ، وأن يعطى الطفل الفرص الكافية لتصريف ما عنده من النشاط فى جو يتوافر فيه العوامل المحققة لحاجات الطفل النفسية من تقدير وعطف ونجاح وحرية وشعور بالأمن والاستقرار .

ولعل من أكبر أخطاء الآباء - حسبما يوضح القوصى - أنهم لا يتركون الأطفال يفكرون لأنفسهم أو يعملون لأنفسهم ، فبعض الآباء يتدخلون فى تفكير الطفل وحديثه وعمله بمناسبة وبغير مناسبة ، وهذا ما يقتل روح المبادأة والثقة بالنفس عند الطفل ، ومن ثم فإن الواجب أن نترك الطفل يكتسب كثيراً من خبراته بنفسه ، ومعروف أن الطفل تشتاق نفسه للعب أو استعمال بعض الأدوات مثل المقص أو الشاكوش ولكن منع الآباء للصغير من إجراء تجاريه ، وكسب خبراته بنفسه، خوفاً عليه من أن يجرح نفسه ، يسلب الطفل ثقته بنفسه . وحتى إذا جرح الطفل نفسه ، فهذا يكون مدعاة لتعليمه الطرق الصحيحة لاستعمال هذه الأدوات . وجرح صغير فى الأصبع يستمر أثره يومين أو ثالثة أقل أثرًا من جرح كبير دائم ، يتناول ثقة الطفل بنفسه ، ويضعف أهم ركن من أركان شخصيته .

ومن مظاهر ضعف الثقة بالنفس : الشعور بالقلق وتوقع الشر ، وعدم الاهتمام بالعمل والخوف منه ، واتهام الظروف عن الإخفاق فيه ، وكأنه مستهدف من الأقدار، وأحيانا يكون من مظاهره التشدد ، الرغبة فى الإتقان للوصول إلى درجة من الكمال ، والوقوع فى أسر أحلام اليقظة ، وسوء السلوك والإحساس بالدونية والعجز ، وأن الحياة لا تؤخذ بالمبادأة ، وتقرير المصير والاختيار السليم، وقد تظهر أمراض ضعف الثقة فى زملة أعراض مرضية يتمثل بعضها فى التهتهة ، والتبول اللاإرادى ، وبعض حالات الشلل .. باختصار فإن الشعور بفقدان الثقة يمثل متغيراً أولياً فى زملة الأعراض المرضية الخاصة باغتراب الفرد عن نفسه عن ثرائه الداخلى فى وحدة نفسية موحشة، أو وحدة اجتماعية انسحابية ، وكلاهما يؤدى إلى الأعراض السالفة الذكر .

إبراهام ماسلو Abraham Maslow

المنظور الإنسانى في نظرية الشخصية

Humanistic Perspective in Personality Theory

غالبا ما يتم تصنيف الأوجه النظرية عن الشخصية فى ثلاثة تصنيفات رئيسية:

الأول : يتمثل فى التحليل النفسى الذى يقدم صورة عن الإنسان ككائن ، ينطوى على صراع نفسى داخلى Intrasychic .

وهذا المفهوم عن الإنسانية ، انبثق من دراسات فرويد للأشخاص المضطربين نفسيا ، مؤكدا اللاوعى والقوى اللاعقلانية كعوامل متحكمة فى السلوك الإنسانى.

الثاني : هو السلوكية Behaviorism التى تصور الإنسان على أنه نبت طبيعى للبيئة التى نشأ فيها ،وأنه ضحية سلبية للقوى العاملة فى البيئة ، وأن التعلم والتجربة مفهومان محوريان فى هذه المدرسة ، وأن الشخصية نتاج ما تعلمه الفرد وما اكتسبه فى سياق الخبرة والتطبيع الاجتماعى.

الثالث : وهو علم النفس الإنسانى ، الذى يؤكد رواده أن الإنسان ثرى الإمكانات ، يسعى إلى بلوغ الكفاية والكمال ، وأنه ينطوى على إمكانات إبداعية ، وأنه يمضى فى الحياة غير مأسور الزمام لقوى غير معقولة تكبل حركته ، وتحتم عليه أن يتصرف وفقا لصراعاتها وحاجاتها اللاشعورية ، وأنه كيان فى صيرورة نمائية ، لا تعرف التوقف إلا فى حالة وجود معوقات بيئية حادة توقف النمو المتواصل للفرد ؛ وأنه كائن حر ، بيد أن حريته محدودة بقيود اجتماعية وفيزيقية .

ولهذا فإن الحرية والمستقبل هما المفهومان المحوريان فى التيار الإنسانى ، وإن كانا فى الأصل يمثلان الجوهر والصميم للفلسفة الوجودية .

وعلى الرغم من كثير من علماء النفس الذين صاغوا نظريات كبرى فى

الشخصية يشاركون فى التأكيدات الإنسانية نفسها (أمثال ايريك فروم ، جوردن البورت؛ كيلى ، كارل روجرز ، وغيرهم) ، فإن إبرهام ماسلو يعرف بوصفه المتحدث الأول عن التيار الإنسانى فى علم النفس بتأكيده نظرية تحقيق الذات فى الشخصية ، واستناده فى افتراضاته وتصوراته إلى دراسة الأصحاء والناضجين من الناس ؛ محدداً وعلى نحو واضح الافتراضات التى تميز هذا التيار .

يقول ماسلو فى مفتتح كتابه (١٩٨٧) (ط٣) «الدافعية والشخصية» Motiva-tion and personality لا يمكن فهم حياة الإنسان ، إلا إذا أخذنا بعين الاعتبار قضايا محورية فى حياته : النمو ، تحقيق الذات والنضال من أجل الصحة ، البحث عن الهوية والاستقلال ، السعى من أجل التميز ، وما إلى ذلك من أشكال النضال من أجل العلو Upward ، هذه الافتراضات ينبغى قبولها بحسبانها تمثل مطلبا واسع الانتشار ، وربما يكون عالمى التوجه .

إبراهام ماسلو : سيرة حياة

ولد إبرهام ماسلو فى بروكلين – نيويورك ١٩٠٨ لأبوين يهوديين غير متعلمين، هاجرا من روسيا واستقرا فى أمريكا ، وماسلو هو الابن الأكبر لأخوته السبعة، ولهذا شجعه والداه على التعليم الأكاديمى ، إلا أنه وباعترافه فقد عاش معظم سنوات طفولته فى وحدة ومعاناة .

ويعبر عن ذلك ماسلو بقوله : من العجب أنى لم أكن ذهانيا Psychotic ، فقد كنت طفلا يهوديا صغيرا بين جيران غير يهود ، فكنت أشبه بأول زنجى صغير فى مدرسة من البيض ، كنت منعزلاً وحزيناً ، ونشأت بين أحضان الكتب والمكتبات بغير أصدقاء» . (هول Hall ص ٣٧) .

ويقول بدأت فيما بعد أخبر الحياة العملية من خلال العمل فى الأجازات الصيفية فى شركة تصنيع البراميل التى تملكها الأسرة .

وتميزت علاقة ماسلو بأمه بالمرارة Bitterness والعداء ، وكيف كان يكن لها الكثير من الكراهية حتى يوم وفاتها . والسبب كما قال فى سيرته الذاتية (هوفمان Hoffman ، ١٩٦٨) أنها كانت امرأة متدينة ، وكثيرا ما كانت تهدده بأن الله سيعاقبه على أعماله الصغيرة ونتيجة لذلك تعلم ماسلو ألا يثق فى الدين .

«لقد رفض أن يحضر جنازة أمه ، وكان يصفها بأنها «روز ماسلو» القاسية والجاهلة والمعادية لأبنائها ، وأنها لم تمنح أبناءها الحب» .

وكثيرا ما كان يشير إلى أمه بهذه الصفات وهى ما تزل على قيد الحياة ، ولايوجد بينهما ما يعبر عن الدفء والعاطفة فى علاقتهما . (المرجع نفسه ص ٧) .

أما والده فكان يصفه بأنه «رجل يحب معاقرة الخمر (الويسكى) والنساء والعراك (Wilson, 1972, p. 131) وأكثر من ذلك ، فإن والده قد غرس فى نفسه – كما يقول ويلسون – الشعور بأنه كائن قبيح وغبى ، وفيما بعد عقد ماسلو مع والده سلاما ، وغالبا ما يتحدث عنه على نحو عاطفى يتسم بالود ، ومع هذا ، فهو لم ينس أبدا الطريقة التى عاملته بها «أمه» أثناء سنوات الطفولة والمراهقة .

بدأ ماسلو دراسته الجامعية بدراسة القانون فى سعى لإرضاء والده ، ولكنه ترك الدراسة بعد أسبوعين ، فلم يكن يحب أن يكون محامياً على أية حال ، حصل ماسلو على B. A. ، والماجستير والدكتوراه فى الأعوام ١٩٣٠ ، ١٩٣١ ، ١٩٣٤ من جامعة ويسكنسون Wisconsin وعاد ماسلو إلى نيويورك ، ثم انتقل إلى بروكلين ومكث فيها ١٤ سنة ، وقد وصف نيويورك فى هذه الفترة بأنها مركز علم النفس المعاصر ، حيث التقى فيها بصفوة علماء النفس الأوروبيين المناهضين لهتلر مثل إيريك فروم ، الفريد أدلر ، كارن هورنى ، روث بينديك Ruth Benedic وغيرهم .

ومات ماسلو ١٩٧٠ أثر إصابته بسكتة قلبية ، ولعل أهم مؤلفاته والتى منحته الشهرة الكبيرة كرائد لعلم النفس الإنسانى ، تلك التى كتبها فى العشر سنوات الأخيرة من حياته .

Toward a Psychology of Being (1968) ; Religions, Values, and Peah Experiences (1964); Eupsychian Management: A Jounal (1965): The Psychology of Science : A Reconnaissance, (1966); Motivation and Personality (1987, 3rd edition): and The Farther Reaches of Human Nature (1971) .

الأسس التصورية لعلم النفس الإنسانى :

يقدم هذا المنظور رؤية جديدة ومغايرة للإنسان ، من حيث هو سعى دائم ، وقيمة فى ذاتها ، ونزوع متواصل صوب المستقبل ؛ وأن الإنسان كائن ثرى الإمكانات، يناضل من أجل بلوغ الكفاية والاكتمال والإبداع .

وقد سك مصطلح علم النفس الإنسانى ، على يد مجموعة من العلماء البارزين، يقودهم ماسلو ، الذى أطلق على هذا التيار اسم «القوة الثالثة» أو حركة الإمكانات

الكامنة للإنسان (Human Potenial Movement)

وقد تأثر أصحاب هذا التيار كما يقول (ديورنت ، Durant ۱۹۷۷) بالمفاهيم الأساسية للطبيعة الإنسانية ، التى لها جذور عميقة فى تاريخ الفلسفة الغربية ، وعلى نحو خاص بالفسلفة الوجودية الأوروبية .

وقد جاءت كتابات علماء النفس الإنسانيين مواكبة لما ساد العالم من دمار نفسي ومعنوى وقيمى بعد وأثناء الحرب العالمية الأولى والثانية ، التى فجرهما الإنسان فى أقل من ثلاثين عاما ، ونتيجة لهما ساد العالم حالة من القلق العام الذى تملك الإنسان، فلقد كان لهذين الحربين أثر بالغ فى إشعار الإنسانية بالمعانى الكبرى التى تؤلف نسيج وجودها ، حيث القلق الوجودى والذنب الأنطولوجى والمدخل الفنومنولوجى فى رؤية الوقائع والحرية ، التى هى جوهر وجود الإنسان والاختيار والمسئولية والالتزام وتجاوز الذات وتقبل العالم بما فيه من متناقضات ، والسعى إلى الخلاص وتأصيل الحرية والقيمة والمعنى .

وهى معان مستمدة من الفلسفة الوجودية ، ساهمت بقدر وافر فى تكوين الإطار التصورى للمدرسة الإنسانية فى علم النفس ، باعتبارها قوة ثالثة ، تقف بين التحليلية والسلوكية .

وقد رأت هذه المدرسة فى الإنسان كائناً ينطوى على خير محض وإمكانات خلاقة ، وقدرات متميزة ، يصبو دائما إلى أعلى حيث القيمة والمعنى والمثل العليا ، وأن وجوده لا يمكن فهمه إلا فى إطار من سعيه المتواصل إلى أعلى ، وتقبله لذاته ، وتجاوزه لمواطن الضعف فى صلب تكوينه ، وانطلاقه صوب تحقيق الذات وتوكيد الإمكانات .

يقول ماسلو (١٩٨٧) إن حياة الإنسان لا يمكن أن تفهم إلا من خلال تطلعه إلى أعلى ، ونموه المتواصل وقدرته على تحقيق ذاته وسعيه إلى السواء ، وأن مطلب تحقيق الذات والاستقلال والشقوق الكامن فينا نحو التمييز والعلو ، يجب قبوله كنزعات عامة واسعة الانتشار بين الناس (ص ٨) .

ولهذا ينطوى المدرسة الإنسانية على رؤية جد متفائلة بمستقبل أفضل للإنسان فى سعيه وفى توكيده لإمكاناته وتفجيره لقدراته الخلاقة . ونزوعه الفطرى نحو الكلية والكمال ، تحقيقا للذات وتوكيدا للإمكانات وتأصيلاً للمعنى والقيمة والحق والخير والحقيقة فى الحياة .

وقد تأثرت هذه المدرسة بالفلسفة الوجودية ، التى هى تشكيلة متجانسة من علم اللاهوت ، والفلسفة والطب النفسى وعلم النفس ، وقد اندمجت جميعا من جهد هائل لفهم الوعى والسلوك الإنسانى والانفعالات البشرية .

يركز الوجوديون على الوعى الإنسانى وعلى أن الإنسان موجود فى العالم ، يعى بمرارة آلام وجوده ، ويعى العدم المتربص به (الموت) فليس لنا وجود خارج هذا العالم ، وأن العالم ليس له معنى إذا خلا من الإنسان .. هو الذى يضفى على الحياة وعلى الأشياء معنى ، فقد ألقى به على هذا العالم بغير عون أو سند ، ومن ثم فهو مسئول عمن يكون ؟ وعن ماذا يكون ؟ فالإنسان لا شىء سوى ما يفعله لنفسه (سارتر ، ١٩٥٧ ، ص ١٥) ، وأن التحدى الذى يجابهه الإنسان ، يكمن فى محاولته إضفاء المعنى على عالم عبثى ، غير معقول «فالحياة هى ما نصنعه لها» (ص١٦) .

ولذا فالإنسان مسئول عن مصيره وعن اختياره ، فنحن ما نختار كما يقول سارتر ، فالإنسان سيد مصيره وسيد اختيارته ؛ وهو «كيان فى صيرورة» ، ومن ثم فهو فى حالة تغير وعلو دائمين .

ولهذا كانت مشكلة الحرية والاختيار والمسئولية وتحقيق الذات وتوكيد الإمكانات والنزوع المستقبلى ، قضايا محورية فى علم النفس الإنسانى الذى ينظر إلى تحقيق الذات على أنه جوهر وجود الإنسان . فالناس مدفعون بقوة لا رد لها لتحقيق الذات وتوكيد الإمكانات .

يقول ألبرت سزينت جيورجى Albert Szent Gyoergyi (١٩٦٦) وهو حاصل على جائزة نوبل فى العلوم الفيزيقية والبيولوجية ، «ثمة حافز فطرى فى المادة الحية ، من شأنه أن يدفعها نحو كمال ذاتها» (ص ١٥٧) .

ويسمى علماء النفس الإنسانيون هذا الدافع الفطرى الكامن فى داخلنا ، والذى يدفعنا إلى تحقيق الكلية والسعى نحو الكمال باسم تحقيق الذات .

وفكرة تحقيق الذات ليست فكرة جديدة ، إنما هى فكرة ضاربة بجذورها فى عمق الثقافة الإنسانية . ولا سيما عند اليونانيين ، فقد استخدم أرسطو تصور «انتالخيا Entelechy» بمعنى «انتقال ما هو بالقوة إلى ما هو بالفعل» (فريك Frick ، ١٩٨٢ ، ص ٣٣) .

وهذا الانتقال يعنى أن الوجود بالقوة ينطوى إمكانات وقدرات كامنة ، تظل خبيئة إلى أن تتهيأ لها الظروف للبزوغ إلى الوجود بالفعل ، أى إلى مستوى التحقق

فى الواقع ، غير أن معرفة التحقق الفعلى أو الوجود تكون دوما سابقة على الوجود بالقوة ، «مثلما تكون معرفة شجرة الزيتون سابقة على معرفة قوة البذور على إنتاجها» (يوسف كرم ١٩٦٦ ، ص ١٧٧) .

ويعتبر كورت جولد شتين Goldstien (١٩٦٣) أول من صك مصطلح تحقيق الذات ، وقدمه بوصفه مفهوما حديثا فى نظريات الشخصية . ويرى (١٩٣٩ - ١٩٦٣) أن كافة دوافع الإنسان تكمن وراء هذا الدافع المهيمن Soveregin صوب تحقيق الذات ، وأن ما يظهره الفرد من دوافع مختلفة كالجوع والجنس وحب الاستطلاع ، ماهى إلا تعبيرات جزئية عن هدف واحد هو تحقيق الإنسان لذاته (ص ٣٠٥) ويصف هذا الدافع (١٩٦٣) بأنه «دافع خلاق يكمن وراء تحقيق الذات وتوكيد الإمكانات الكامنة» (ص ١٧٢) .

ويؤكد أدلر (١٩٧٠) ذلك بقوله : «إنه من العيب إقامة علم نفس يستند إلى الدوافع فقط ، دون أن نأخذ فى الاعتبار القوة المبدعة لدى الطفل ، والتى توجه دوافعه نحو مكونات ، نمده بالغايات الممثلة معنى» .

وقد تطورت فكرة النزوع نحو تحقيق الذات بوصفها قوة داخلية عند كارل يونج Jung من خلال مفهومه عن التفرد Individuation الذى يشير إلى العمليات النمائية الموجه صوب تحقيق الكلية Wholeness (ص ٦٨) ؛ فالذات تتكون من أنماط أوائلية Archetype تسعى إلى تحقيق الكلية والنظام والتوحيد والانسجام . يقول يونج (١٩٦٩) «تنطوى الذات على أنماط أوائلية فى شخصيتنا تسعى فى تطورها إلى تحقيق الكلية ، والعمل من أجل النظام والتوحيد Unification والتناغم» . (ص ٢٨٠) .

ويؤكد روجرز (١٩٦٣) «أن ثمة منبعا جوهريا للطاقة كامن فى الموجود الإنسانى ، وأنه يمكن تحديده تصوريا بأنه النزعة إلى الإنجاز ، وإلى تحقيق الذات ، وإلى استمرارية الذات وتعظيمها Enhancement» (ص ٦ .

وعلى المنحى نفسه أكد ليكى Lecky (١٩٦١) أن فى داخلنا نزعة مهيمنة Sovereign tendency ، وأن كل الظواهر النفسية لا تخرج عن كونها مخططات لهذا السعى الفردى صوب الوحدة وتماسك الذات . (ص ١٩٢) .

وهذه الآراء المتعددة تعنى أن ثمة شيئا ما فى نفوسنا - سواء أطلقنا عليه «انتلخيا Entelechy أو الذات المبدعة» ، أو «التفرد» أو الأنماط الأوائلية ، أو الدافع المهيمن أو تحقيق الذات ، يدفعنا إلى تحقيق الذات وتوكيد الإمكانات والسعى إلى الكلية والتناغم الفعال مع الكون ... إلخ .

ويحتل تصور تحقيق الذات مكانة محورية فى تصورات ماسلو وكلينيكة روجرز، فعند ماسلو (١٩٨٧) تحقيق الذات هو : «دافع الوجود الإنسانى وجوهر فطرته، ولهذا استخدم ماسلو ، مفهوم تحقيق الذات للكشف عما فى داخل الإنسان من خير محض ، ومواهب خلاقة ، وقدرات مبدعة وإمكانات خبيئة بغير انتهاء ، وبين أن هذا الثراء الداخلى للإنسان هو قاسم مشترك بين الناس جميعا .

فنحن نولد مزودين بخصائص الطبيعة الإنسانية المشتركة ، وبإمكاناتها» (ماسلو ، ١٩٨٧ ، ص ٢٢٣) ، «والطبيعة الإنسانية فى جوهرها عند ماسلو خير محض ، وإمكانات ثرية فى محتواها تمنح لكل الكائنات عند الميلاد» (ماسلو ، ١٩٨٧ ، ص ٤٩) .

ولهذا يرى ماسلو أن الخاصية الرئيسية للشخصية تكمن فى وحدتها الجوهرية وكليتها ، وأن هذه الكلية وتلك الوحدة تتميز بخصائص من أبرزها المثالية ، القيم ، الشجاعة ، الحب وروح المرح ، والغيرة ، والإحساس بالذنب ، إضافة إلى ما يكمن فى داخل الإنسان من قدرات خلاقة لنظم الشعر وتأليف الموسيقى ، وترسيخ العلم وكافة مناشط العقل .

ويرى ماسلو أن الطبيعة الإنسانية فى جوهرها خير محض ، وأن قوى الشر والتدمير والعنف فى الناس ما هى إلا نتيجة للإحباط أو تعطل Thwarting الحاجات الأساسية ، وليست نتيجة شر فطرى Inherent wickedness من جانبه .

ويرتبط تحقيق عند ماسلو (١٩٦٨ ، ١٩٨٧) بإشباع ما يسميه بالحاجات الأساسية ، فقد افترض ماسلو أن هناك تنظيما دافعيا متدرجا من الحاجات قاعدته الحاجات العضوية وقمته تحقيق الذات . وهذه الحاجات على النحو التالى : الحاجات العضوية ؛ الحاجة إلى الأمن ؛ الحاجة إلى الانتماء والحب ، الحاجة إلى تقدير الذات ، وأخيراً تحقيق الذات .

والحاجات عند ماسلو فطرية التحديد Innately determined غريزية المنشأ Instinctoid ، واستخدامه لمصطلح غريزية ، يعنى تأكيده غالبا الأساس الجينى والبيولوجى للحاجات الشائعة لدى الكائن الحى ، بيد أن الإنسان - من وجهة نظره - قد استطاع عبر مسيرته الحضارية أن يطور من دمدمة غرائزه ، وأن يرتفع فوق مطالبه الحسية وأن يتسامى عليها ، يقول ماسلو (١٩٦٨) لم يعد البشر يمتلكون الغرائز بالمعنى الحيوانى ، قوية ، تملك أصواتا داخلية واضحة ، تخبرهم بطريقة لا لبس فيها:

بماذا يفعلون ومتى وأين وكيف ومع من ؟ إن كل ما نملكه هو بقايا غريزية (ص ١٩١) .

وهذا يعنى أن الغريزة تلعب دوراً هامشيًّا فى حياة الإنسان ، لتتيح لقدراته وإمكاناته أن تعبر عن نفسها على نحو إبداعي خلاق ، وهذا مردود إلى أن الحيوان يولد مكبلا بمسارات الغريزة وقيودها ، غير أن الإنسان يولد حرا ... ومن ثم يكون عليه أن يكتشف المعرفة من جديد وأن يصوغ ويشكل حياته فى سياق من عملية التطبيع الاجتماعى ، وعليه فإن مسارات الغريزة تولد مع الحيوان ، وتكون مفروضة عليه فرضاً لا يستطيع تجنبها أو أن يحيد عنها أو أن يبدل منها أو يغير فيها أو أن يجدد فى جوهرها أو مظهرها .

ولكن الأمر يكون مختلفا كل الاختلاف بالنسبة لعالم الإنسان ، فمن مكوناته الأصلية ، أنه مبدع ، وأنه يستطيع أن يغير ويشكل ويصوغ حياته من جديد وعلى نحو دائم ومستمر .

ويعبر فروم عن ذلك فى كتابه The sane society الإنسان من ناحيته البدنية ووظائفه الفسيولوجية ينتمى إلى مملكة الحيوان .. الحيوان يؤدى وظائفه بمحددات غرائزية ، وبما لديه من أفعال نوعية من أبنية عصبية Inherited neurological موروثة ، وكلما ازداد مرونة أفعاله الحركية ، قل جمودا فى أفعاله البدنية عما كان عليه عند ميلاده ، بيد أن هناك عناصر وجودية ثابتة فى مملكة الحيوان ، على الرغم من ارتقاء بعضها فى سلم التطور ... وهى أن الحيوان يحيا من خلال خضوعه لقوانين الطبيعة البيولوجية لأنها جزء من طبيعته ، ولا يستطيع إطلاقا أن يتجاوزها ، فليس له ضمير أخلاقى Conscience of moralnature وليس لديه وعى بذاته ، أو بوجوده ، فليس لديه عقل» . (ص ٢٩)

وعلى أية حال ، فإن إشباع هذه الحاجات – على النحو الذى افترضه ماسلو – يفضى إلى تحقيق إمكانات الفرد وخروجها من حيز الكمون إلى حيز الوجود الخلاق .

ولهذا فإن الأفراد الذين يتحقق لهم إشباع حاجاتهم على النحو ، الذى افترضه «ماسلو» يندفعون لاستثمار ما لديهم من مواهب وإمكانات لتحقيق الوحدة والتكامل فى الحياة» (ماسلو ، ١٩٨٧ ، ص ٢٣) .

والطبيعة الإنسانية عند ماسلو (١٩٨٧) صرح من الإمكانات الكامنة Poten-tialties التى تتجه صوب النمو الإيجابى ، وأن هذه الطاقات الكامنة قاسم مشترك بين الناس جميعا .

وهذه الطاقات تبدو واضحة فى إمكانية الإنسان على الإبداع ، فالإبداع أعظم خاصية بين الناس جميعا ، وأنه «خاصية مشتركة فى الطبيعة الإنسانية ، معطى كامن نولد ونحن مزودون به ، فمن الطبيعى أن تنبت الأشجار وأوراقها ، وأن تحلق الطيور ، وأن يبدع الإنسان» .

وكلما ازداد صعود الإنسان إلى أعلى الترتيب الهرمى الذى افترضه ماسلو، ازدادت فرديته وإنسانيته وصحته النفسية .

والارتقاء فى معارج الكمال الإنسانى ، يهيئ الإنسان إلى بلوغ ما يسميه ماسلو (١٩٦٨ – ١٩٨٧) ما وراء الحاجات Metaneeds أو قيم الوجود Being values التى تتمثل فى : الكلية ، الكمال Perfect ، التمام Completion العدالة ، الحياة ، الثراء الإنسانى بالمعنى الروحى والمعرفى والوجدانى ، البساطة ، الخير ، التفرد ، اللهو Playfulness ، الحق والأمانة والحقيقة ، وأخيراً الكفاية الذاتية Self - sufficiency .

وعلى الجانب الآخر من قيم الوجود فى مستواها الرفيع ، يفترض ماسلو (١٩٧١) أن هناك ما يسميه بما وراء الأمراض النفسية Metapathologies والذى يظهر نتيجة للفشل فى إشباع ما وراء الحاجات أو الحاجات (العليا) ، وتتمثل هذه الحالات النفسية فى اللامبالاة Apathy والاغتراب Alienation والاكتئاب والزهد Cynicism ويضع قائمة بهذه الأمراض العليا تتمثل فى :

١- فقدان الثقة ، الزهد ، الشكوكية Skeptisism .

٢- بغض (كراهية) Hatred ، مقت Repulsion ، اشمئزاز Disgust ، الاعتماد فقط على النفس وللنفس Reliance only sefl and for self .

٣- السوقية Vulgarity ، الضجر Restlessness ، فقدان الذوق Loss of taste العزلة Bleakness ، الانحلال Disintegration .

٤- فقدان الشعور بالذات والفردية Individualtiy ، الإحساس بالقابلية على انسلاخ الإنسان من ذاته ، أو أنه فقد طابعه المتميز Feeling oneself to be changeable or anonymous .

٥- العجز Helplessness ، وغيبة ما نعمل من أجله Nothing to work .

٦- الغضب ، الزهد ، اللاقانون Lawlesness ، الأنانية المطبقة Total self- ishne .

٧- شراسة gumness ، اكتئاب ، الحزن العميق Cheerlessness ، فقدان بهجة الحياة، الشعور بالعظمة ، فقدان روح المرح .

٨- إلقاء المسئولية على الآخرين .

٩- اللامعنى ، اليأس ، فقدان الإحساس بالحياة Senselessness

ومن ناحية أخرى يحدد ماسلو (١٩٥٠ - ١٩٨٧) خصائص الأفراد المحققين لذاتهم والذين يعتبرهم الأفضل Very best من بين الناس ، وتحدد هذه الخصائص فى :

١- لديهم منظور أكثر فاعلية للواقع :

More efficient perception of reality

يمكنهم من إدراك العالم من حولهم بطريقة سليمة وفعالة ، فهم يرون الحقيقة كما هى بالضبط ، وليس كما يتمنون أو يحتاجون أن تكون .

٢- تقبل الذات والآخرين والطبيعة :

Acceptance self, others and nature

يتقبل المحققون لذواتهم أنفسهم كما هى ، ولا يفرطون فى نقد عيوبهم وفشلهم وضعفهم ، ولا يحملون أنفسهم مشاعر ذنب وخزى وقلق وما إلى ذلك من الحالات الانفعالية ، بل يشعرون بالرضا عن أنفسهم ، ويتقبلون طبيعتهم الحيوانية ، فهم يأكلون بشهية وينامون جيدا ويتمتعون بحياتهم الجنسية دون كف أو كبت ، وبالمنطق نفسه يتقبلون الناس من حولهم .

٣- التلقائية والبساطة والطبيعية :

Spontaneity, Simplicity and naturalness

يتصف سلوكهم بالبساطة والتلقائية والطبيعية دون أن تصنع منهم، غير أن سلوكهم لا يحتوى على ما هو مناهض للتقاليد Unconventional السائدة ، بيد أن حياتهم الداخلية وهذه اللاتقليدية الكامنة فى داخلهم ليست موجهة ضد أحد ، ولايبتغون بها مضايقة الآخرين ، لأنها نقطة البدء فى تقديم الجديد والمغير لما هو مألوف، ولهذا فهم يتحلمون المشاركة فى المعاهد التعليمية التى يرون فى مناهجها أنها سخيفة ومتكررة وموهنة للعقل .. وباختصار ، هم لا يترددون فى الدفاع عن القواعد الاجتماعية ، عندما يكون ذلك ضروريا .

٤- مركزيــة المشكـلة Problem Centered

وجد ماسلو المحققين لذواتهم بغير استثناء يرتبطون بالواجب نحو المجتمع أو المهنة التى تكون محبوبة كشىء مهم فى حياتهم ، فهم لا يتمركزون حول ذواتهم Ego - centered ، بل يتجاوزن ذواتهم ويتجهون صوب مشكلات تكمن وراء احتياجاتهم ومشكلاتهم الحالية ، وبهذا الشعور «يعيشون من أجل العمل أكثر بكثير من العمل من أجل العيش ؛ فالعمل يحمل خصائص ترتبط بهم . ويصور ماسلو الملتزمين بتحقيق ذواتهم أن استغراقهم فى العمل يظهر كما لو كان علاقة حب ، يبدو فيها أن كلا من الوظيفة والفرد ينتميان لبعضهما ... فهما يتناسبان معا ويرتبطان معا كالقفل ومفتاحه» (١٩٧١ ، ص ص ٣٠١ - ٣٠٢) .

ويهتم المحققون لذواتهم بالموضوعات الفلسفية والأخلاقية ، فهم يعيشون ويعملون من خلال إطار مرجعى يتجاوز حاجاتهم الشخصية «كرسالة» أو مهمة ، فهم يهتمون بالآخرين ، ولذا يستطيعون التفرقة بين ما هو تافه وما هو مجد بين ما هو مهم وما هو غير مهم لعالمنا .

٥- الانفصال والحاجة إلى العزلة : Detachment need to privacy

هؤلاء يصفهم ماسلو بأنهم يعشقون الخصوصية والعزلة ، فليس بينهم وبين الآخرين علاقة ، فهم بعيدون عن الناس يستمتعون برؤية علاقات الصداقة من حولهم.

ويصور ذلك ماسلو بقوله حينما أكون وحيدا مع نفسى أكون مع أفضل صديق .

٦- الاستقلال الذاتى : الاستقلال عن الثقافة والبيئة :

Autonomy : Indepence of culture and environment

يتمتع محققو ذواتهم بحرية التصرف باستقلال عن بيئتهم الطبيعية والاجتماعية ، فهم يتمتعون بإمكانات كامنة ، ومصادر قد لا تنضب للنمو والتطور ، فلديهم القدرة على ضبط الذات والتحكم فيها ، وقدرة على توجيه الذات Self - direction ، والإحساس بالكينونة والإرادة الحرة ، واستقلال الذات ، يتحملون المسئولية، ولديهم القدرة على ضبط الذات وتحديد المصير ؛ وكل هذا يجعلهم يشعرون بالاستقلال عن ضغوط الثقافة والبيئة .

٧- التجديد المستمر فى تقدير الأشياء :

Continued Freshness of Appreciation

يرى ماسلو أن الذين يحققون ذواتهم لديهم القدرة على تقييم الأحداث العادية جداً فى حياتهم بشعور من التجدد والخشية والمتعة التى تبلغ إلى حد النشوة ، يضفون على كل شيء روح التجديد ، فخبراتهم الذاتية ثرية فى محتواها ، وعملهم اليومى مصدر متعة وشوق لا ينقطع .

فعلى سبيل المثال رؤية قوس قزح rainbnow مرة ، كمثة مرة تحمل فى طياتها الحب والسحر والتجديد كما لو كنا نراه لأول مرة ، وجولة داخل الغابات لاتنقطع أبدا حتى تتحول إلى خبرة ممتلئة ومشاهدة طفل وهو يلعب ترفع الروح المعنوية .

٨- الخبرات الغامضة أو بالغة الذروة : Peak or mystic experience

طبقا لدراسات ماسلو عن عملية تحقيق الذات المستمرة تبين له أن هؤلاء الأفراد يأتون باكتشافات غير متوقعة وأن الكثيرين من هم يجمعهم قاسما مشتركا يسميه ماسلو الخبرات البالغة الذروة Peak experiences فهم يعيشون لحظات من الإثارة الشديدة ، والتوتر العالى High tension يعقبها هدوء واسترخاء وسكينة Peacefulness وسعادة غامرة Blissfulness وسكون ، يقدمون أكثر اللحظات فتنة ودهشة فى الحياة على نحو يمتزج فيه الحب والنشوة الجنسية Sexual climax وتفجر الإبداع والاستبصار العالى ، والاكتشاف المبدع والالتحام الذى يبلغ حد الانصهار مع الطبيعة ، هؤلاء الناس يستطيعون أن يتوهجوا Turn on ، دون مثيرات أو منبهات صناعية ومجرد وجودهم فى الحياة يجعلهم متوهجين بالمعرفة وتقديم الجديد .

وطبقاً لتصورات ماسلو فإن تلك الخبرات الذروية ليست صوفية Theological أو خارقة للطبيعة Supernatural ، بيد أنهم متدينون Religious فى جوهرهم .

لقد اكتشف ماسلو - كما يقول هاردمان ، Hardman (١٩٧٩ ، ص ٢٤) أن بالغى الذروة Peakers يشعرون بتناغم أشد مع العالم ، ويتجاوزن وعيهم الذات ، ويشعرون بقوة أكثر من غيرهم .

٩- الاهتمام الاجتماعى : Social interest

لديهم اهتمام بما يعانى من الجنس البشرى من نقائص وشرور ، ويدعون إلى الأخوة والمحبة والتسامح بين الناس .

١٠- العلاقات البينشخصية العميقة :

Profound interpersonal relations

يميل محققو الذات إلى تكوين علاقات شخصية أكثر عمقا مع الآخرين من علاقات الأفراد العاديين ، ولا سيما لدى أصحاب المواهب والقدرات والإمكانات ، ثم أنهم يتسمون بقدرة على التعاطف مع الآخرين .

١١- بنية الصفات الديمقراطية : Democratic chracter structure

يصفهم ماسلو بأنهم ديمقراطيون ، متحررون من التعصب ويحترمون وجهات نظر الآخرين رغم التباين فى الطبقة ، والعرق والدين والجنس والعمر ، إضافة إلى ذلك فهم يتعلمون من أى شخص دون تعال أو نزعة تسلطية .

١٢- التمييز بين الوسائل والغايات :

Discrimination between means and ends

يتصفون بأنهم يميزون بين الوسائل الغايات ، بين الوسائل التى تستخدم لتحقيق الغايات ، بيد أنهم فى كثير من الأحيان يستمتعون بالوسائل ، أو الوسائل السلوكية التى تقود إلى أهداف بعينها ، وقد يستخدمون بعض الوسائل لذاتها دون السعى إلى تحقيق أهداف من ورائها .

١٣- الحس الفلسفى للدعابة : Philosophical sense of humor

يتمتع محققو الذات بقدرة على إطلاق الدعابة والنكبات ، بيد أن الدعابة لديهم تشير مشكلة ، أو توصل إلى شيء أو هدف خلف هذه الدعابة أو تعالج مغزى رمزياً أو أخلاقياً أو أسطورياً .

١٤- الإبداع : Creativity

لقد اكتشف ماسلو أن محققى الذات مبدعون دون استثناء ، بما تحمله الكلمة من معنى ، وبين أن الإبداع يختلف عن العبقرية أو الموهبة الخارقة التى تظهر فى الشعر أو الموسيقى أو العلم ، واعتبر أن الإبداع صميم وجود الإنسان ، وأنه يظهر كسلوك مبدع فى أسلوب الحياة .

١٥- مقاومة الضغط الثقافى : Resistance to enculturation

محققو الذات فى انسجام وتناغم مع ثقافتهم ، بيد أن استقلالهم الجوهرى واعتمادهم على الذات يجعلهم أحراراً فى مقاومة الضغوط الثقافية والاجتماعية .

إن مقاومة الضغط الثقافى Enculturation لا تعنى بالنسبة لهم أنهم ضد التقاليد أو مناهضين لما هو اجتماعى فى السلوك ، فهم يبقون على حدود المسايرة conformity اعتباراً من اختيار الملابس والطعام وطريق الكلام وطريق التعامل مع الأشياء ، وهم لا يستهلكون الطاقة فى محاربة الطقوس الاجتماعية التافهة أو نظم المجتمع ، وعلى الجانب الآخر ، يصبحون مضادين لثقافة المجتمع حينما يتعلق الأمر بقضايا أساسية ، إنهم يؤمنون بأن التغير الاجتماعى من الممكن أن يمضى بطيئا ومجهدا ، بيد أنهم يرون أن أحسن إنجاز هو الذى يتحقق من خلال نسق منظم.

تلك بعض جوانب من تصورات ماسلو عن تحقيق الذات ، الذى يعتبر مجلى الوجود الإنسانى وجوهر فطرته ، فالإنسان ينطوى على حاجات فطرية المنشأ ، غريزية التكوين ، والقول بفطرية هذه الحاجات بما ينطوى عليه من نزوع نحو المستقبل تحقيقًا للقدرة الخبيئة ، والإمكانة الكامنة ، وتوكيداً للذات ، يعنى أن هذه الحاجات مكونات أصيلة للإنسان بما هو إنسان ، تدفعه إلى تحقيق الكلية والكمال وتنمية جوانب الشخصية على نحو مبدع وخلاق ومتوازن .

ولئن اعتبر ماسلو الحاجات الفسيولوجية هى قاعدة الحاجات الإنسانية جميعاً ، فإن فروم Fromm (١٩٧١) اعتبر أن الحاجة إلى الأمن هى قاعدة الحاجات الإنسانية وأن هذه الحاجة ، ينبغى أن تشبع والإنسان ما يزال فى المهد صبيا ، وأن إشباع هذه الحاجة يعنى الآن يتقدم الفرد نحو «الحرية الإيجابية» ، وأن يتعلق بالعالم على نحو تلقائى من خلال الحب والعمل ، معبراً بذلك عن إمكاناته العاطفية والحسية والعقلية على نحو خلاق .

يقول فروم (١٩٧٤) إن الحب والعمل هما المكونان الأساسيان لتنمية الحرية الإيجابية ، من خلال عملية التفاعل التلقائى ، ومن خلال الحب والعمل يعيد الناس اتحادهم مع بعضهم دون التضحية بالفردية والتكامل .

كارل روجرز
Carl Rogers

المنظور الفنومنولوجى فى نظرية الشخصية

يؤكد المنحى الفنومنولوجى فى الشخصية على أفكار ثلاث :

أولاً : أن سلوك الفرد يمكن فهمه عن طريق الوعى الذاتى للواقع ، ولهذا يعتقد الفنومنولوجيون أن الإطار المرجعى الداخلى للفرد ، أو الإدراك الذاتى للحقيقة ، يلعب الدور المحورى فى تحديد السلوك الظاهرى للفرد ، ومن ثم يرفض الفنومنولوجيون القول بالحتمية البيئية ، وأيضا الحتمية اللاشعورية .

ويرون أن الإنسان يملك القدرة على تقرير مصيره ، وأن الناس أحرار فى اختياراتهم ، وأن الحقيقة الذاتية هى حقيقة حسبما تبدو مباشرة أمام الوعى .

وأن هذا الافتراض يمثل الركيزة الأساسية فى المنحى الفنومنولوجى فى دراسة الشخصية الإنسانية (Watlawick, 1984) .

وهنا نتساءل : ماالقصد من الفنومنولوجيا ؟

الفنومنولوجيا اصطلاح وضعه «هيجل» فى كتابه «فنومنولوجيا الروح» ومعناه : علم الظواهر فى مستواها المتعالى ، وكان هيجل يقصد به علم الوعي ، عنده علاقة محددة بين الأنا وموضوع ما .

وقد التقط هوسرل هذا المفهوم ، واتخذه مفهوماً محورياً لفلسفته ، فاحتل مكانته فى الفكر الأوروبى باعتباره ردا على البرجماتية والاجتماعية ، هاهنا جاءت الفنولوجية كمحاولة لتأسيس العلوم الطبيعية والإنسانية على أسس جديدة ، تقوم على «مبدأ المضى إلى الأشياء ذاتها» أى إلى الظواهر حسبما تبدو مباشرة أمام الوعى ؛ مع الحرص على عدم وضع أى فروض ، سواء من ناحية الكائن التى هى مظهر له، أو من ناحية الأنا التى هى ظاهرة له .

وعلى أية حال فإن الفنومنولوجيا قد أثرت على نحو فعال على الفلسفة الوجودية ، وعلى التيار الإنسانى فى علم النفس الذى تأثر بدوره بالفنومنولوجيا ، وما تنطوى عليه من مفاهيم ومبادئ .

ثانياً : إن جوهر طبيعة الإنسان يتجلى فى قدرته على تحديد مصيره ، باعتباره مكونا أساسيا لوجوده ، وأن هذه القدرة تستلزم الشعور بالمسئولية ومن ثم فالإنسان حر، بيد أن حريته مسئولة غير مطلقة .

ثالثا : إن الإنسان بفطرته خير ؛ وأنه فى سعى دائم صوب الكمال وهذه النقطة المحورية تفترض أن الإنسان ينطوى على ممكنات وعلى إمكانات كامنة ، وأن هذه الممكنات وتلك الإمكانات من شأنهما دفع الإنسان صوب التميز والاستقلالية والنضج والنمو المتواصل ، والإبداع الذى يتواصل بغير انتهاء .

تلك ركائز محورية فى المنظور الفنومنولوجى للشخصية والعلاج النفسى والإرشاد النفسى .

وقد تأثر ماسلو وكيلى بهذا المنظور ، بيد أن روجرز أمعن فى التركيز على الوعى ، باعتبار أن كل فرد ذاتية فريدة ، وأنه يعى العالم على نحو فريد ، وأن الخبرة ترتبط بالذات، وأن الإنسان كائن نمائى .

وقد أثرت كتابات روجرز على تحسين وإثراء العلاقات البين شخصية وعلى العمل الجماعى ، وديناميات الجماعة وعلى المعالجين النفسيين ، والمرشدين النفسيين من خلال طرائقه فى العلاج غير الموجه non-directive therapy ؛ والعلاج المتمركز حول العميل Client centered therapy .

سيرة ذاتية :

ليس فى حياة روجرز شيئا يتسم بالغرابة أو التناقض ، فهو أمريكى النشأة والمولد ، ولد فى عام ١٩٠٢ فى شيكاغو ، وكان ترتيبه الرابع بين أشقائه الست ، خمس من الذكور وفتاة واحدة ، والده مهندس مدنى ناجح فى عمله ، ومتدين ؛ وعندما بلغ الثانية عشر من عمره انتقلت الأسرة للحياة فى مزرعة والده غرب شيكاغو ، وقد عاش سنوات طفولته فى محيط أسرى ، يتسم بالقيم والأخلاق ، وقد وصف والداه بأنهما مرهفان الحس ، ويتسمان بالحب .

ولم يكن له أصدقاء حميمين خارج نطاق أسرته ، وكان مولعا بالقراءة ، ميالا

إلى العزلة ، محباً لقراءة كتب المغامرات ، ورغم ذلك فكان يلتهم أى كتاب تقع عليه يداه ، باحثاً دوماً عن الحقيقة منقباً فى المعاجم والموسوعات .

وبعد أن أنهى تعليمه الثانوى ، التحق روجرز بجامعة ويسكنسون Wisconsin ليدرس الزراعة العلمية ، وفى الجامعة انخرط فى الأنشطة الدينية ، وفى السنة الثانية قرر أن يتجه إلى التعليم الدينى ، وفى سنة ١٩٢٢ اختير وتسع طلاب أمريكيين لحضور مؤتمر الطلبة المسيحيين الذى عقد فى بكين فى الصين ، ومكث ستة أشهر فى الصين ، وهناك تمكن من ملاحظة مدى الاختلاف بين الاتجاهات الدينية والثقافية الصينية والاتجاهات الأمريكية .

وللحقيقة فإن خبرات رحلته إلى الشرق جعلته أكثر تحررا فى الحياة ، كثير التساؤل عن ألوهية المسيح ، إضافة إلى ذلك جعلته يتحرر من أسر الارتباط الفكرى والدينى بأبويه .

وحصل على درجة البكالوريوس فى التاريخ من كليته عام ١٩٢٤ وبدأ بالدراسة فى علم النفس عن طريق المراسلة ، وتزوج من هيلين أليوة بعد تخرجه ، والتحق بمعهد الاتحاد اللاهوتى فى نيويورك ، وفى نيويورك وجد أن الحياة تحفزه وتثيره «وأصبح له أصدقاء جدد ، واكتشف أفكاراً جديدة ؛ وشعر بالحب لهذه الخبرات مجتمعه» . (١٩٦٧، ٣٥٣) .

وخلال العام الثانى فى نيويورك أخذ دورات فى علم النفس فى جامعة كولومبيا وكان من أكثر الدورات التى تركت أثراً كبيرا فيه دورة فى علم النفس الطبى ، تناولت مشكلات الطفولة ، وفى السنة الثالثة قرر أن ينتقل إلى جامعة كولومبيا ليكمل تعليمه الجامعى فى علم النفس التربوى والكلينيكى Clinical and educational Phychology وحصل على الماجستير ١٩٩٨ ، والدكتوراه فى علم النفس الإكلينيكى عام ١٩٣٣ .

ولعل من أهم كتبه فى العلاج النفسى والإرشاد النفسى :

Psychotherapy and Personality Change (with R. Dymond, 1954, On Becoming a Person: A Therapist's View Psychotherapy (1961); Person to Person: The Problem of Being Human (with B. Stevens, 1967); Freedom to Learn: A View of What Education Might Become (1969); Carl Rogers on Encounter Groups (1970); Becoming Partners: marriage and its Alternatives (1972); Carl Rogers on Personal Power (1977); A Way of Being (1980); and finally, Freedom to Learn for the 80s (1983). His autobiography appears in A History of Psychology in Autobiography (Volume 5, 1967. pp. 341 - 384) .

تصور روجرز عن الطبيعة الإنسانية : Rogers view of Human Nature

بداية ينبع رأى روجرز عن الطبيعة الإنسانية من خبراته الشخصية فى التعامل مع المضطربين انفعاليا ، وهو فى ذلك يشبه فرويد الذى كون خبراته من تعامله مع المرضى ، وهما فى ذلك على الضد من ماسلو الذى كتب من وحى تصوراته وأفكاره دون أن يمارس العلاج النفسى .

يقول روجرز (١٩٥٩) لقد أكسبتنى الساعات التى قضيتها مع هؤلاء الناس (يقصد المرضى) وعلاقاتى الشخصية بهم ، القدرة على البصيرة وإدراك المعنى العميق مفهوم العلاج وآليات العلاقات الشخصية بين الأفراد ومعرفة بنية ووظيفة الشخصية (١٨٨) .

ويرى روجرز من خلال خبراته الكينيكية إن الإنسان بجوهره طموح وخلاق وواقعى وجدير بالثقة تماماً Trust worthy ، وأنه قوة فاعلة ، من الطاقة والحركة تتوجه صوب أهداف معينة فى المستقبل ، بدافع وتوجيه ذاتيين ، وليس موجوداً تحركه قوى خارجه عن إرادته .

ويؤكد روجرز أن المسيحية قد قوت الاعتقاد بأن الإنسان بفطرته آثم وشرير evil and sinful ، وأن هذا الاعتقاد اكتسب قوة أكبر عند فرويد الذى قدم تصوراً للإنسان وهو مزود بالهى Id واللاوعى ، وهما (اللاشعور والهى) إذا سمحا لهما بالتعبير عن نفسيهما ، فسوف يظهر ذلك فى أفعال تتسم بزنا المحارم Incest ، المذابح الإنسانية Homicide والاغتصاب والسرقات وما إلى ذلك من أفعال وحشية .

وفقاً لرأى فرويد ، فإن الإنسان كائن غير معقول ومناهض لما هو اجتماعى وأنانى ومدمر لنفسه وللآخرين .

ويؤكد روجرز (١٩٨٠) أن الناس قد يرتكبون أفعالا يعبرون بها عن مشاعرهم العدوانية الدفينة ودوافعهم الشاذة Abnormal impulses وأفعالهم المناهضة للمجتمع. ولكنه مع ذلك أكد أن الناس فى هذه اللحظات العدوانية لا يتصرفون بوحى من طبيعتهم الحقيقية . ولهذا فإن الأفراد الذين يعيشون حياة كاملة التوظيف Function-ing fully ، ويمتلكون من الحرية ما يمكنم من إشباع طبيعتهم الداخلية ، يثبتون أنهم إناس إيجابيون وعقلاء ، ويمكن الاطمئنان إلى تعايشهم بانسجام مع أنفسهم ومع الآخرين ، ولأنه يدرك أن آراءه فى الطبيعة الإنسانية قد ينظر إليها على أنها مجرد تفاؤل ساذج ، فإن روجرز يؤكد أن نتائجه تعتمد على ثلاثين عاما من الخبرة فى العلاج النفسى . يقول روجرز (١٩٨٠) : «إن رأيى فى الشخصية الإنسانية ليس رأيا

مفرطاً فى التفاؤل ، فالأفراد قد يلجأون بدافع من حماية الذات والخوف الفطرى إلى أفعال غاية فى القسوة والتدمير الرهيب والعدوان والأضرار بالمجتمع وبأنفسهم وبالآخرين ، وأحد أهم الخبرات المتجددة هو العمل مع هؤلاء الأشخاص واكتشاف الميول الإيجابية الهادفة ، الموجودة فيهم ، بل وفى داخل كل منا فى أعمق المستويات» . (١٩٦١ ، ص ٢٧) .

وقد أكد روجرز فكرة النمو الطبيعي للأفراد تجاه التحقيق البنائى Construc-tive fulfillment لإمكاناتهم الفكرية ، متناقضًا بذلك مع أفكار ونظريات فرويد تناقضًا واضحاً ، ولذا فإنه يقول «عندما يأتى أحد أنصار أفكار فرويد وهو كلول مننجر Manninger ويخبرنى أنه يرى الإنسان كائن شرير بفطرته Innately evil مدمر بفطرته Destructive ، لا أملك إلا أن أهز رأسى عجبا وحيرة» ..(روجرز ١٩٧٩ ، ص ٢٥٠) .

ويمكن القول أن روجرز قد احترم طبيعة الإنسان احتراماً عميقاً وأكد أن الناس لديهم نزعة فطرية للاتجاه نحو الاستقلال والمسئولية الاجتماعية والإبداع والنضج .

ورغم أن روجرز وماسلو قد اشترك فى الاعتقاد أن الإنسان لديه إمكانات غير محدودة على التطور وتحقيق الذات بما يتوافق مع إشباع ذاته ورغباته ، فإن هناك ثلاثة اختلافات رئيسية فى نظرياتهم بالنسبة لطبيعة الإنسان :

أولاً : يعتقد روجرز أن الشخصية والسلوك هما بصفة عامة دالة (وظيفة) Function للإدراك الفريد للإنسان للبيئة المحيطة به ، بينما يرى ماسلو أن سلوك وخبرات الإنسان تتحدد من التدرج الهرمى للحاجات . وعلى الضد من روجرز لا يركز ماسلو على المنحى الفنومنولوجى للفرد .

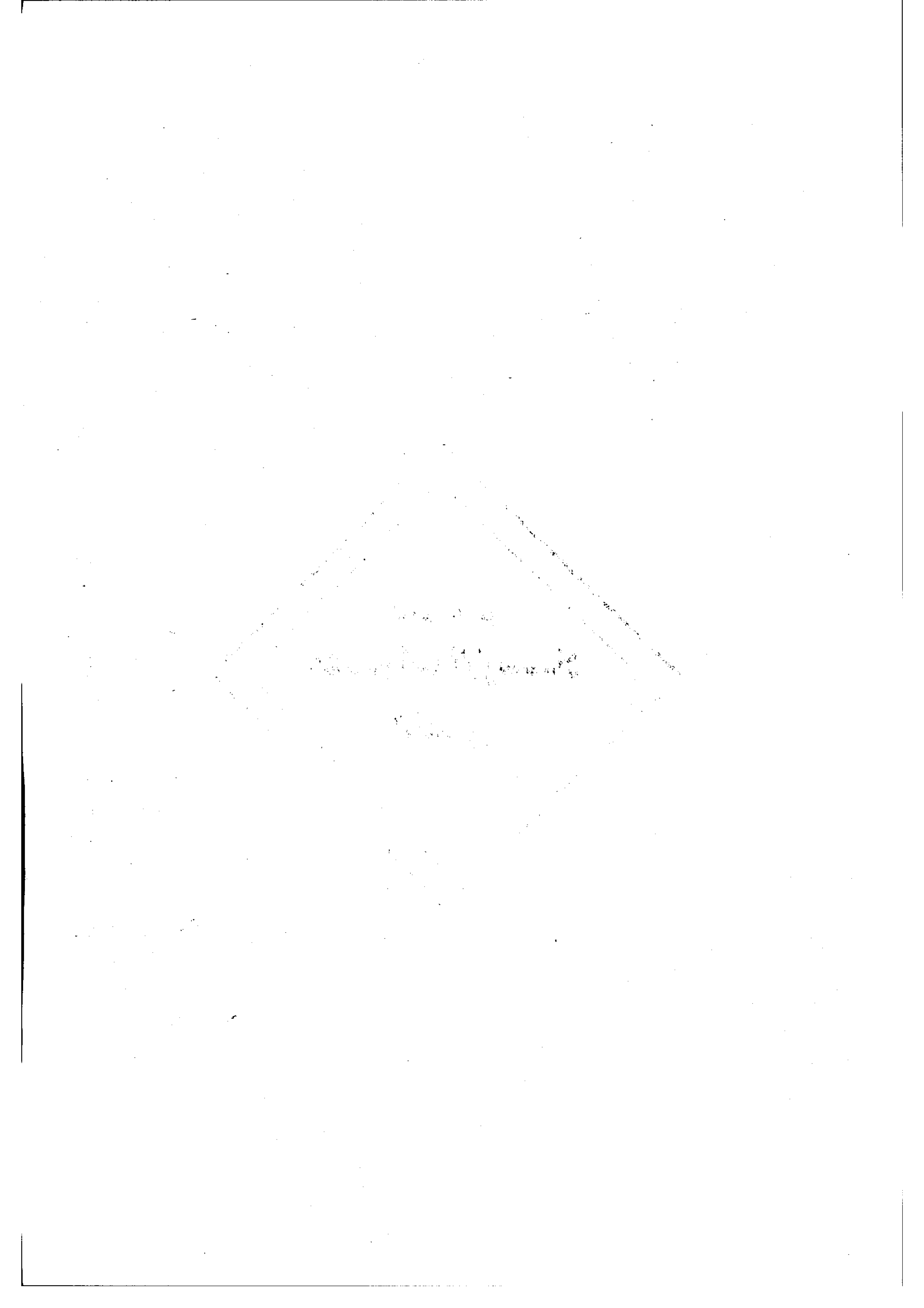
ثانياً : تنبع نظرية روجرز أساسا من عمله مع الأفراد الذين يعانون من الآلام النفسية ، وقد ركز روجرز بالفعل اهتمامه على الظروف العلاجية التى تسهل نمو الفرد صوب تحقيق الذات ، وحول معرفته التى اكتسبها من علاج الأشخاص إلى نظرية عامة فى الشخصية ، فى حين أن ماسلو لم يمارس العلاج النفسى إطلاقا ، بيد أنه حفز علم النفس على تغيير اهتمامه من دراسة اللاسوية Abnormality إلى دراسة الأصحاء من الناس .

وأخيراً فإن روجرز قد حدد «أنماطاً نمائية معينة» Certain develpmental patterns بوصفها نزعات فطرية تدفع الإنسان صوب تحقيق الإمكانات الفطرية ، أما

ماسلو فقد تجاهلت نظريته «العمليات النمائية» التى تحكم حركة الإنسان نحو التحقيق الكامل لإمكاناته الداخلية تماماً (Hjelle & Ziegler, 1992, p. 493).

وبجانب آرائه الإيجابية فى حقيقة النفس البشرية ، افترض روجرز (١٩٥٩) أن هناك شيئًا واحداً يتحكم فى كل أنماط السلوك ، هو السعى إلى تحقيق الذات أو بعبارة أخرى «النزعة الموروثة» Inherent tendency فى حياة الكائن ؛ لتطوير قدراته على نحو يساعد على تعزيز وتقوية موقفه (ص ١٩٦) ؛ أى إن الدافع الأول فى حياة الإنسان هو تحقيق الذات ، وأن يصبح فى أفضل حالة تسمح بها طبيعته وشخصيته .


الفصل الرابع
مهـــارات الإرشـــاد
النفسى



مهارات الإرشاد النفسي

الإرشاد النفسي : علم وفن ومهارة

علم لأنه يستند إلى عدد من النظريات والتصورات المستمدة من التراث النفسي، والتى يتمثل بعضها فى السلوكية والتحليل النفسي والتيار الإنسانى فى علم النفس ؛ فلا يمكن تصور أى إرشاد نفسى أو علاج نفسى بغير تصورات عن طبيعة الإنسان ، توضح ما ينطوى عليه الإنسان من قوة وضعف ؛ من سمو يصبو بالإنسان نحو تحقيق المثل العليا ، ومن التصاق بالذات يصل إلى حد العيش نهباً لمشاعر العزلة والاكتئاب ؛ ومن جوانب روحية متسامية ومن جوانب مادية غرائزية محض ؛ من إمكانات وقدرات ومواهب تنزع نحو تحقيق ذاتها ، وقوى معوقة لبزوغ هذه الإمكانات والقدرات والمواهب .

ومن هنا فإن الإرشاد النفسى بوصفه علماً يستند إلى تلك التصورات والنظريات التى تبين لنا أسس تلك التفاعلات المتباينة فى تكوين الإنسان ، ثم أن هذه التصورات عن طبيعة الإنسان ، تزودنا بفهم واضح للطبيعة النمائية للإنسان ، فهو كائن نمائى ، يمضى حياته وفق صيرورة نمائية لا تعرف التوقف ، منذ أن يكون مجرد نطفة فى «قرار مكين» إلى أن يبلغ أرذل العمر أو يتوارى الثرى .

وهذا النمو يسير وفق مراحل عمرية ، لكل مرحلة عمرية إيجابياتها التى يتعين تأكيدها ، ولها سلبياتها التى ينبغى التعامل معها وفق أساليب وفنيات الإرشاد النفسى.

والإرشاد النفسى « فن » لأنه يحسن استثمار طاقات وإمكانات الإنسان ، ويجيد توظيف التصورات المستمدة من النظريات النفسية فى التعامل مع المواقف الطلابية ، الإيجابية والسلبية ، على نحو تتضح فيه القدرة على الانتقال بالتلميذ من التعثر الدراسى إلى الفاعلية ، من اليأس والإحباط إلى الإقبال الفعال والنشاط ، من السلبية إلى الإيجابية ، من تعطل الإمكانات والقدرات والمواهب ، إلى تفعيل هذه القدرات على نحو خلاق ، يقوم على أعمال الخيال والفاعلية فى الفكر والسلوك والمواقف .

ومهارة الإرشاد النفسى تكمن فى عدد من الأهداف ، لعل من بينها مساعدة المفحوص على فهم نفسه ، واستثمار إمكاناته ، وتوكيد ذاته ، وإتاحة الفرصة لقدراته للتعبير عن نفسها ؛ وتجاوز أسباب تعثره واضطرابه .

مساعدة التلميذ على فهم أفضل لنفسه ، وعلى التحليل المنهجى – الذى يسير وفق نسق علمى – للبيانات والمعلومات التى يتم الحصول عليها من التلميذ ، والتى يمكن من خلالها مساعدة التلميذ على تقبل نفسه وتقبل دراسته والمضى قدماً بإمكانات إلى الإبداع.

ولا يمكن لهذه الأهداف أن تتحقق إلا من خلال تجميع وتفسير وتنظيم واستخدام المعلومات المتاحة عن التلميذ على نحو إرشادى سليم .

وهذا يتطلب إعداداً فعالاً للمرشد النفسى يستلزم :

(١) أن يكون المرشد النفسى مطبوعاً على العمل فى مجال الإرشاد ، محباً له مهتماً به .

(٢) أن يكون لديه مخزون معرفى ونفسى متنوع

(٣) أن يتمتع بمعرفة مكثفة بمجال أو أكثر من مجالات المعرفة .

(٤) أن تكون لديه قدرة على التقاط المشكلات وقوة الملاحظة .

(٥) أن يتمتع بالقدرة على استقطاب التلاميذ بحيث يركنون إليه .

(٦) أن يجيد مهارات الملاحظة والتعامل مع الاختبارات والاستبيانات المختلفة وإجراء المقابلات الشخصية المقننة ، وتشخيص ما يتسم به التلميذ من سمات وخصائص ، وما قد يعانى منه من إحباطات وتأخر دراسى وعدم توافق .

أولاً : الملاحظة Observation

الملاحظة تكنيك أو طريقة Technique لا نستخدم فيها الاختبارات أو المقاييس أو الاستبيانات لتقييم سلوك التلميذ من حيث التفوق أو التعثر ، ومن حيث التوافق أو سوء التوافق مع زملائه ، ومن حيث الاندماج والاجتماعية أو من حيث العزلة والاضطراب .

ولهذا .. فإن سجلات الملاحظة والتسجيل من شأنها أن تصف سلوك الطالب وتقيمه فى المواقف السلوكية المتعددة ، وتخضع البيانات والمعلومات التى حصل

عليها للتجريب فى الواقع عن طريق الملاحظة السديدة .

وهنا يمكن القول بأن الملاحظة فهم وإدراك لما يمكن أن تكون عليه الخصائص الجوهرية المميزة لسلوك التلميذ فى المواقف المتباينة من ثم تعتمد على أسس ، لعل من أبرزها :

(١) تحديد ما الذى نلاحظه قبل إجراء الملاحظة ، والهدف من الملاحظة ، وأبعاد السلوك الذى نبحث عنه ، والسمات المميزة للطالب مثل : تفاعلات مع زملائه ، انطوائه ، قلقه وخوفه ، اندفاعه وإقدامه فى المواقف ، قدرته التفاعل الإيجابى مع المواقف ..... إلخ .

ومن شأن تحديد الهدف والموضوع والسلوك والسمات أن يضفى على فترة الملاحظة معنى وقيمة .

(٢) ينبغى أن يكون موضوع الملاحظة تلميذاً واحداً فى كل مرة ، إذا ما أردنا أن نعرف سمات وخصائص وأبعاد شخصية هذا التلميذ فى علاقاته مع نفسه ومع زملائه ومع معلميه فى المدرسة .

ومن الممكن أن تشمل الملاحظة عدداً من التلاميذ لمعرفة التفاعلات القائمة بينهم ، وكيف يتصرفون معاً ، وهل تتسم علاقتهم بالفردية أم بروح الفريق .

وهنا ينبغى استخدام أدوات تسجيل خاصة وقوائم للمراجعة Check lists .

(٣) لابد من تركيز الملاحظة على المسالك ذات الدلالة والتى تترجم سمات نفسية معينة ؛ حتى لا تكون عرضية أو عفوية وسطحية وليست دقيقة وبيانات تتصل بالتلميذ وبسلوكه وطريقة استجاباته إزاء الآخرين .

(٤) أن يمتد زمن الملاحظة فيشمل اليوم الدراسى بأكمله ، حتى يمكن وصف سلوك التلميذ على نحو دقيق .

(٥) أن يتعلم المرشد النفسى كيف يلاحظ دون الرجوع إلى كتابة ملاحظات أثناء فترة الملاحظة ؛ لأن مجرد الكتابة واستخدام الورقة والقلم يسبب ارتباكاً وخوفاً شديدين للمفحوص .

(٦) وإذا كان لابد من الكتابة .. فمن الممكن أن يتم التسجيل وكتابة ملخص

عن الملاحظة بعد انتهاء الملاحظة مباشرة ، من خلال سجلات الوقائع Aneedotal records .

سجلات الوقائع الحياتية :

تعتبر واحدة من الطرائق التى يستخدمها الموجهون النفسيون ؛ لتساعدهم على فهم أفضل للخصائص الفردية لتلاميذهم

وتتضمن سجلات الوقائع :

(١) وصف سلوك التلميذ وصفاً موضوعياً objective فى علاقته المباشرة مع بيئته .

(٢) وصف السلوك وصفاً موضوعياً ، ثم تفسيره ، والتوصية بما يمكن أن يكون عليه سلوك التلميذ فى المستقبل ، وقد نستخدم هنا قوائم الملاحظة .

وينبغى أن يتضمن سجل الوقائع استجابات المفحوص السابقة والحالية عن :

(١) الحوادث التى قد يكون قد تعرض لها ، ومدى تأثيرها على حالته النفسية والبدنية .

(٢) بيئته الاجتماعية مع مراعاة للوضع الاقتصادى والأصدقاء المحيطين به.

(٣) تسجيل المعلومات والبيانات التى تترجم سلوك التلميذ أو المفحوص الفعلى على نحو يتضمن :

١- وصف أفعال وسلوكيات المفحوص ، واستجاباته المتباينة تجاه الآخرين ، وردود أفعاله ، ونوعية استجاباته إزاء المواقف المتباينة .

٢- الاستشهاد بما يقوله المفحوص عن حالته النفسية والبدنية .

٣- ملاحظة حالة المفحوص ، بدنياً ونفسياً ، ورصد طريقة كلامه ، وإيماءاته ونوعية صوته (مرتفع ، خفيض ، عادى ... إلخ) وتعبيرات و جهه هل تتسم بالهدوء أم الخوف ، أم بالقلق والحيرة .... إلخ .

وفيما يلى شكل سجل الوقائع :

الاسـم :	التاريخ :
الفصل :	المكان :

الوقائع

الملاحظ (المرشد) --------

ويفترض أن تكتب هذه التقارير يومياً ، سواء بعد انتهاء اليوم الدراسى أو أثناء فترات الراحة بين الحصص ، وتكتب إما بواسطة مدرس الفصل أم المرشد النفسى .

وثمة ملاحظة أساسية ، ففى المدارس الثانوية التى يتزايد فيها عدد الطلاب يكون من المستحيل على المدرس أن يملأ سجلات الوقائع هذه لكل الطلاب ، ومن ثم يفضل الكتابة فقط عن الحالات المنتقاة أو المختارة لظروفها الخاصة ، أو لإصابتها ببعض الحوادث .

ثانياً : *مقاييس التقدير* : Rating Scales

وتستخدم مقاييس التقدير كوسيلة من وسائل الملاحظة العلمية . وهذا النوع من المقاييس قد استخدم لأول مرة فى بدايات عام ١٨٠٠ على يد الأسطول البريطانى لوصف حالات الطقس (المناخ) . واستخدمت على نحو مكثف أثناء الحرب العالمية الأولى فى الولايات المتحدة الأمريكية لتقدير الكفاءة الشخصية لدى الضابط ، وفى أثناء الحرب العالمية الثانية ، تعاظم استخدام مقاييس التقدير الشخصى لدى الجنود ورجال الصناعة ورجال التعليم ..

وتتضمن أسئلة ذات طابع إرشادى ، غالباً ما يسعى الفرد بنفسه لتعرف إجاباتها قبل اتخاذه قرارات مهمة ، من ذلك : أى دراسة يتجه إليها ؟ أى كلية يلتحق بها ؟ هل من الأوفق أن يلتحق بكلية أم لا ؟ هل يتزوج هذه الفتاة أو لا ؟ هل من الأحسن أن يكون مهندساً أم طبيباً ؟ .... وهكذا .

وقد تتكون من قائمة من الكلمات أو الجمل الوصفية (أى التى قد تصف بعض الجوانب النفسية للفرد ذاته) ويتم التأشير أمام الجملة أو الكلمة التى تعبر عن المفحوص

سواء أكان تلميذا أم معلماً أم مرشداً أم ضابطاً .

وتتضمن القائمة وصفاً لبعض الخصائص النفسية ، التى قد يتمثل بعضها فى الاعتمادية (أى الاعتماد على الغير) ؛ الاعتماد على النفس ، التعاونية ، القيادة ، الاجتهاد ، الأمانة والصدق ... إلخ .

وثمة ملاحظة أساسية أن هذه الأمثلة تشير إلى خصائص شخصيه عادة ما تقاس وتعالج إحصائياً.

وفيما يلى أمثلة لمقاييس التقدير الذاتى :

مقياس تقدير الشخصية :

الاسـم :

تعليمات: ضع علامة أمام الصفة التى تشير أكثر من غيرها إلى سلوك التلميذ .

(١) هل التلميذ أو التلميذة حسن المظهر ، نظيف وأنيق فى ثيابه ومظهره :

دائماً نادراً

(٢) ما تقييمك لصحة التلميذ :

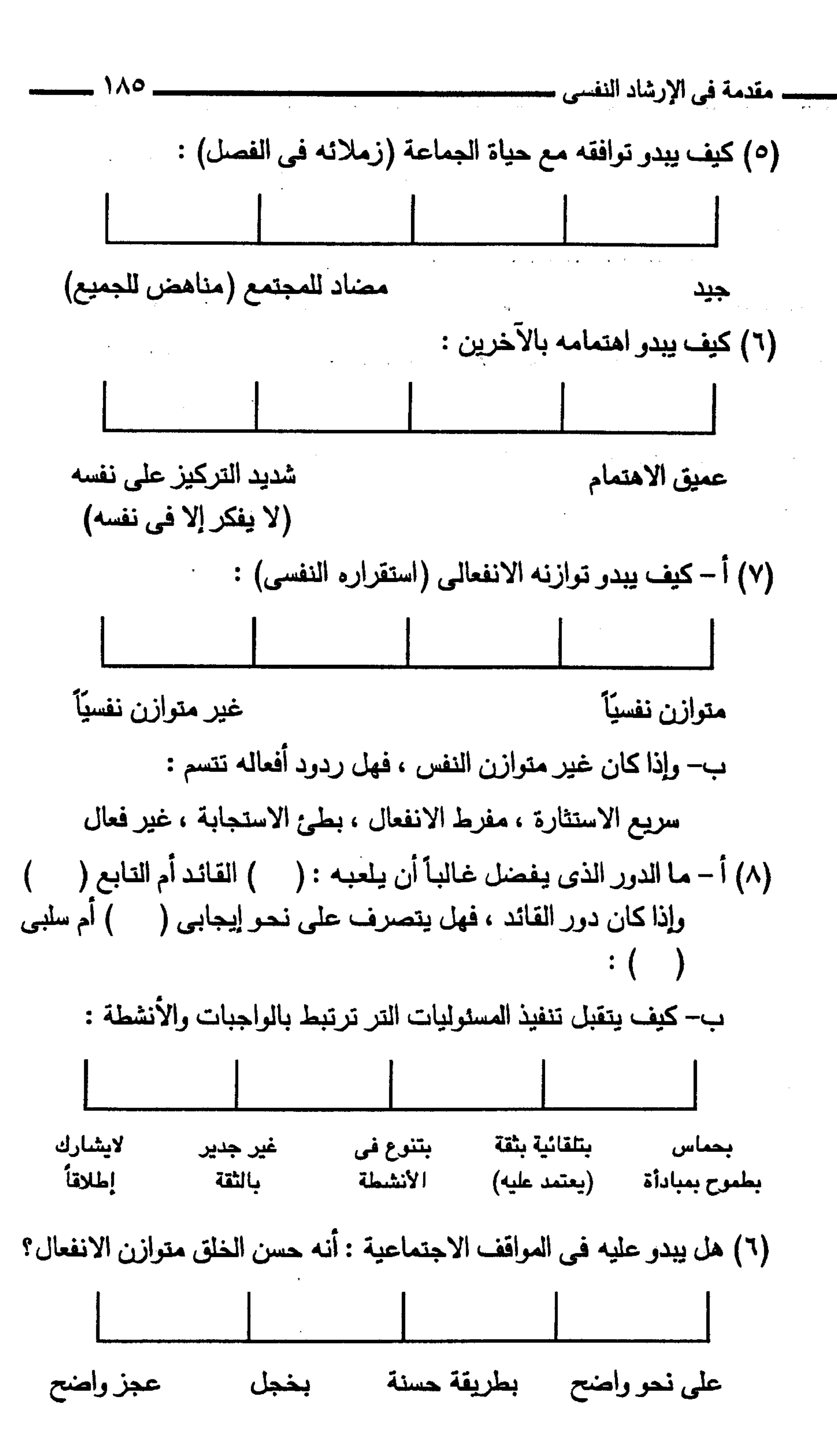
ممتاز هزيل

(٣) ضع خطا تحت السـمـة التى تميـز سلوك التلمـيـذ على نـحـو دقـيق : الإخلاص، الصدق ، التصرف على نحو أخلاقى :

دائما إطلاقاً

(٤) هل يتقبل التميذ السلطة والتعاون مع زملائه بطريقة منتظمة :

متعاون بطريقة تلقائية متمرد



(٥) كيف يبدو توافقه مع حياة الجماعة (زملائه فى الفصل) :

جيد ... مضاد للمجتمع (مناهض للجميع)

(٦) كيف يبدو اهتمامه بالآخرين :

عميق الاهتمام ... شديد التركيز على نفسه (لا يفكر إلا فى نفسه)

(٧) أ – كيف يبدو توازنه الانفعالى (استقراره النفسى) :

متوازن نفسياً ... غير متوازن نفسياً

ب– وإذا كان غير متوازن النفس ، فهل ردود أفعاله تتسم :

سريع الاستثارة ، مفرط الانفعال ، بطئ الاستجابة ، غير فعال

(٨) أ – ما الدور الذى يفضل غالباً أن يلعبه : (   ) القائد أم التابع (   )
وإذا كان دور القائد ، فهل يتصرف على نحو إيجابى (   ) أم سلبى (   ) :

ب– كيف يتقبل تنفيذ المسئوليات التر ترتبط بالواجبات والأنشطة :

بحماس بطموح بمبادأة ... بتلقائية بثقة (يعتمد عليه) ... بتنوع فى الأنشطة ... غير جدير بالثقة ... لايشارك إطلاقاً

(٦) هل يبدو عليه فى المواقف الاجتماعية : أنه حسن الخلق متوازن الانفعال؟

على نحو واضح ... بطريقة حسنة ... بخجل ... عجز واضح

(١٠) كيف يبدو أمام زملائه ؟

ودود وحسن الخلق		متسامح		منسحب

(١١) فى المواقف التى تتعرض لها الجماعة للضغط ؟ ما الدور الذى يفضل غالباً أن يلعبه ؟

(أن يكون له تأثير إيجابى – له فائدة كبرى للجماعة)

أو (أن يكون له تأثير سلبى بمعنى ليس له فائدة للجماعة)

لـــه تـأثير إيجابي	تابع بدور إيجابي فعال	يفقد اتزانه بسهولة	تابع ولكن بدور سلبي	له تأثير سلبي على الجماعة

التوقيع　　　　　　　　　　　　　　　　التاريخ

تقييم التلاميذ لطريقة اللااختبار- Appraisal of students: Nontes Technique

استبيان بيانات التوجيه الشخصى الكلينيكى :

Guidance clinic personal data inventory

رقم الحالة :

التاريخ :

المرشد :

من فضلك أكمل بيانات هذا الاختبار بدقة قدر الاستطاعة ، وأعلم أن الهدف من جمع هذه المعلومات هو أن نكون عاملاً مساعداً لك فى صنع قراراتك واختياراتك فى الحياة ، ولسوف يتم التعامل مع المعلومات التى تزودنا بها بسرية تامة .

الاسم (كاملاً) :

العنوان :

المدرسة :   المرحلة :

السن: تاريخ الميلاد :   التليفون :   الجنس:

معلومات عن المدرسة :

	اسم المدرسة	المرحلة	سنوات الالتحاق	المقررات الدراسية
الابتدائى المتوسط (الإعدادى) الثانوى الكلية مراحل أخرى				

اكتب عن : الموضوعات الأكثر تفضيلاً بالنسبة لك .   أسهل الموضوعات:

الموضوعات الأقل تفضيلاً بالنسبة لك .   أصعب الموضوعات :

الأنشطة والهوايات فى أوقات الفراغ خارج المدرسة .

ما المجلة التى تقرؤها بانتظام ؟

ما أنواع الكتب التى تمتعك عند قراءتها ؟

الأنشطة والهوايات :

النشاط المدرسي	سنوات المشاركة	المسئول عن النشاط	نوع النشاط

المرشد :

خبرة العمل :   متى :   ما الذى كنت تفضله أكثر من غيره فيها؟

الأسرة والمنزل :

اسم الأب : هل يقيم معكم بالمنزل : السن :

الوظيفة : سنوات الدراسة :

اسم الأم :

الإخوة والأخوات :

الحالة الصحية :

هل بصرك طبيعى : هل سمعك طبيعى :

اكتب باختصار عن أهم العوامل فى تاريخك الصحى .

ضع خطاً تحت الكلمات التى تصفك على نحو جيد :

نشيط ، طموح ، واثق من نفسك ، مثابر ، تعمل بجدية ، عصبى ، مريض ، وسواس ، متقلب المزاج ، سريع الهياج ، خيالى ، مبتكر ، حاضر البديهة ، هادئ ، سهل ، معوق (مثبطِ للهمة) ؛ جاد ، مهمل ، حسن المعشر (طيب) ، غير انفعالى (مستقر) ؛ خجول ، مطيع (خاضع) . غائب العقلِ ؛ منظم ، جبان ، كسول ؛ متشائم دائماً ؛ شديد الغضب ؛ جدير بالثقة ، صادق ، مرِحٌ ؛ تسخر من الآخرين (تتهكم عليهم) ؛ شديد العصبية ؛ جدير بحب الآخرين ، قائد ، اجتماعى ، هادئ ؛ انطوائى ، حساس ، غالباً ما تشعر بالوحدة .

الخطط المستقبلية :

ما الذى تخططه للمستقبل ؟

ما الوظيفة التى تعتبرها بجدية من أهدافك الممكنة ؟

ما الموضوعات التى تود أن تناقشها مع المرشد النفسى ؟

تعليقات :

....

....

....

....

....

ثالثاً : المقابلة التشخيصية :

المقابلة الشخصية هى جوهر العلاج النفسى والإرشاد النفسى .. فلا يمكن أن نبلغ إلى التشخيص والفهم لحالة الفرد ، إلا من خلال المقابلة الشخصية ، فعن طريق المقابلة الشخصية يمكن دراسة استجابات الطالب الحالية ، وفهم ديناميات شخصيته الماضيـة ، والإرهاص بما يمكن أن تكون عليـه فى الحـاضر ووضع خطة الإرشاد الحالية والمستقبلية .

وتتم المقابلة عن طريق الحوار الذى يتم وجهاً لوجه بين العمل والمرشد النفسى أو المعالج النفسى ، غايتها العمل على حل المشكلات التى يواجهها العميل والإسهام فى تحقيق فهم أعمق لنفسه ولقدراته وإمكاناته وتحقيق توافقه مع الواقع ، تهيئ المقابلة للمرشد النفسى القيام بدراسة الحالة عن طريق المحادثة المباشرة ، التى ينبغى أن تتسم بالعلاقة الودية التى تتيح للمفحوص أن يتحدث عن أسراره الخاصة ، وأن ينفس عمّا يؤلمه ويحيره ويثقل على نفسه ، فى إطار من الثقة المطلقة بالكتمان والحفاظ على أسراره وحسن إرشاده من قبل المرشد .

وتختلف إجراءات المقابلة باختلاف أهدافها : فقد يكون هدفها اختيار بعض الطلاب لتخصصات معينة ، وقد يكون هدفها الالتحاق بالكليات العسكرية ، وقد يكون هدفها إحساس العميل بالشدة والقلق والاضطراب .

ونتيجة لتباين الأهداف من المقابلة ، يختلف بنيان المقابلة ، حيث يتم التخطيط لها وتصاغ أسئلتها التى تهدف إلى الحصول على المعلومات عن تاريخ وحاضر وخصائص شخصية الطالب ، وطبيعة المشكلة التى يواجهها .

وتطرح الأسئلة على العميل بمرونة ، فيوجه الأخصائى ما يراه ملائماً من الأسئلة ، وقد يلجأ إلى مختلف الأدوات التشخيصية مثل الاختبارات والفحوص المعملية والسجلات وما إلى ذلك من أدوات تشخيصية ، تسهم فى جمع البيانات عن الحالة المراد دراستها . وتتوقف قيمة المقابلة على قيمة المرشد الذى يتعين عليه أن يحسن الاستماع «فهو ينصت ويعين العميل على أن يتكلم بحرية ممسكاً بزمام الحديث بمرونة ووعى ومهارة وفعالية ، من شأنها أن تجعل العميل يشعر بالثقة والاطمئنان الأمر الذى ييسر له الانتقال من الخبرات الشعورية الحية إلى مستويات أعمق منها .

وينبـغى أيضـاً أن «يحسن الملاحظة» فيتنبه إلى ردود الأفعال الانفعالية وانعكاساتها على تعبيرات الوجه . وحركة اليدين والجسم ، ونوعية التفاعل اللفظى ، والتغيرات فى حجم الصوت ونوعه أو حالات الصمت ، وما يترتب على انفعالاته من

توتر عضلى أو تغيرات فى لون الوجه ، وتلعثم فى الحوار وعلى المرشد المتمرس أن يستفيد من هذه التغيرات محاولاً إعطاءها دلالة وتفسيراً ، فى سياق من الوقائع المستمدة من كافة الأدوات المستخدمة فى التشخيص .

وثمة عامل آخر مؤثر فى نجاح المقابلة الشخيصية وهو «مظهر المرشد وأسلوبه» فى طرح الأسئلة والتعامل مع العميل ، من خلال مظهره اللائق ونضجه المهنى ، الذى يدل على مهارته وقدرته على التعامل مع الحالات النفسية والمشكلات الطلابية .

والعميل يضيق بالمرشد الذى يبدى الدهشة والعجب من المشكلات المطروحة عليه ، كما يضيق بمن يستمع إليه بعدم اكتراث أو اهتمام ، ومن ثم يفترض فى المرشد أن يتقبل حالة العميل كما هى فى الواقع ، ولا يلعب دور الأب أو الأم ، ولاينصب نفسه حارساً للقيم أو الأخلاق ، بل يكون موضوعياً يحاول أن يساعد العميل على التنفيس عما يؤرقه ويضايقه ويشعره بالدونية أو الإثم ونحو ذلك .

ومن المفيد جداً أن يتجنب الأسئلة التى يجاب عليها بـ «نعم» أو «لا» وأيضاً الأسئلة «الإيحائية» ، التى توجه الحديث نحو إيحاءات قد لا يكون لها وجود لدى العميل.

ولهذا يتحتم على المرشد أن يتكيف مع الفردية الفريدة لكل حالة ، فكل إنسان هو هوية فريدة فى نوعها ، بصمة غير قابلة للتكرار .

وإنها تمثل ثراءً إنسانيّاً كبيراً ، ولهذا يدافع البورت عن شرعية دراسة الحالة الفردية بوصفها أداة للبحث العلمى ، فينادى أن كل حياة مفردة تستحق فى حد ذاتها أن تكون موضوعاً للدراسة ، وأن الإنسان الفرد هو أكثر من ممثل لأى جماعة أو طبقة، وأنه أكثر من مجرد نقطة التقاء متغيرات متعددة ، ولذلك يتعين دراسته ككل .

ويدعو دولارد إلى الأخذ بدراسة الحالة بوصفها منهجاً علمياً ، فى ضوء سبعة محكات ، النظر إلى الفرد بوصفه رمزاً لثقافة معينة ، وفهم دوافعه فى ضوء مطالب المجتمع ، وتقدير الدور الذى تقوم به الأسرة فى نقل ثقافة المجتمع ، إظهار الطرق التى ترتقى بها الخصائص البيولوجية إلى سلوك اجتماعى والتفاعل مع الضغوط الاجتماعية والنظر إلى استمرارية السلوك الإنسانى عبر المراحل النمائية ، ويتم ذلك فى سياق من دراسة تاريخ الحياة .. ولهذا يتعين على المرشد أن يحسن اختيار كلماته، وفقاً لنوعية الموقف ، فالتعبير اللفظى يختلف باختلاف الطبقات

الاجتماعية والخلفيات الثقافية .

وترتيب مجالات المقابلة التشخيصية وما تنطوى عليه من أسئلة لابد وأن يساير المقاومة الشخصية للفرد ، مع التركيز على فهم الدلالة الانفعالية التى يكون عليها العميل فى المقابلة .

مصادر المعلومات فى دراسة الحالة :

تتعدد مصادر المعلومات الواردة فى دراسة وتشخيص الحالة بتعدد المصادر ، الذى يتمثل بعضها فى :

(١) الملاحظة وما تنطوى عليه من طرائق وأساليب علمية مقننة .

(٢) سجل الوقائع الحياتية بالنسبة للطالب ، والذى يحتوى على أهم الوقائع الحياتية بالنسبة له .

(٣) البيانات الكمية والكيفية المتمثلة فى نتائج الفحوص الطبية والمعملية .

(٤) مقاييس التقدير الذاتى والتى تعكس بعض الخصائص المميزة لشخصية الطالب .

(٥) البيانات التاريخية المستمدة من السجلات والوثائق والمقابلات ، وتشمل : التاريخ الأسرى والشخصى والاجتماعى والمهنى والتعليمى .

(٦) الطالب نفسه باعتباره أهم مصدر للمعلومات ، وأنه الوحيد الذى يستطيع أن يكتب تاريخ حياته بنفسه .

وفيما يلى مجالات المقابلة الشخصية:

مجالات المقابلة التشخيصية :

(١) المجال الأول : (المشكلة الحالية)

وتمثل المشكلة التى يستشعرها العميل ، والتى دفعته دفعاً إلى اللجوء إلى المرشد النفسى طلباً للإرشاد والمساعدة فى الحل ، ولهذا ينبغى أن نتركه يتحدث عن مشكلته بحرية ، موضحاً ما يعانيه ويكابده ، دون تدخل إيحائى منا فى تساؤلات من نوع هل تشعر بكذا ، وهل تعانى من كذا ..... .

(٢) المجال الثانى : (بيئة الطالب)

وتشمل البيئة الجغرافية والاجتماعية والثقافية والاقتصادية ، وبخاصة ما يكون قد وقع من تغير مهم فيها مثل الهجرة أو الانتقال من مكان إلى مكان ، أو تغير فى المستوى الاقتصادى والتقاليد الغالبة على الأسرة .

(٣) المجال الثالث : (الأسرة)

وتحتوى على أسئلة عن : عمر الوالدين ، إذا كانا على قيد الحياة ، وإذا انتقل أحدهما أو كلاهما إلى رحمة الله ، فنسأل متى .

تعليم الوالدين ، الخلفية الاقتصادية والاجتماعية ؛ السمات المميزة لكل من الوالدين : (التسامح ، العنف ، القسوة ، الهدوء ، القلق ، العناد) .

استمرار الوالدين معاً ، أم انفصالهما عن بعضهما بالطلاق أو تعدد الزوجات

موقع الابن من الأسرة : هل هو البكر أو الابن الثانى أو الوسط أو الأخير .

علاقاته بوالديه ، وأيهما يفضل ، وعلاقاته بأخوته البنات والبنين وأيهما يفضل.

نسأل عن الطريقة التى تمت بها تربيته (هل كانت تتسم بالقسوة ، بالتسامح ، بالإهمال ، بالرعاية المفرطة ، بالتسلط .... إلخ) .

وهل تعرض للعقاب كثيراً أم قليلاً وما نوعية استجابته ؛ ونسأل عن طبيعة العلاقة بين الوالدين ، وهل كانا يفضلان أحد الأخوات عليه أم كانت العلاقة تتسم بالتوازن والعدل فى معاملة الأخوات .

ونسأله أخيراً عن استجاباته للمواقف هل تتسم بالعناد ، التردد ، الخوف ، القلق، عدم الاكتراث ..... .

ونسأل : عن الاضطرابات العقلية والنفسية الحادة فى الأسرة ، والصحة البدنية لأفراد العائلة ، واتجاهات الطالب نحو العلاقة المحتملة بين الاضطرابات الانفعالية والبدينة .

(٤) المجال الشخصى : (الطفولة)

ظروف الولادة (طبيعية أم قيصرية أم غير طبيعية) طريقة الرضاعة الفطام والتسنين ، الاستجابة لمحاولات ضبط الإخراج والتبول ، بداية المشى وهل مارس عادة قضم الأظافر ، وعند أى مرحلة عمرية استمر يعانى من التبول اللاإرادى ، وهل

يبلل الفراش ، أو أن قضم الأظافر ارتبط عنده بظروف أسرية كميلاد أخ جديد وأى نوع من الأطفال كان (طيب ، متسامح ، متعاون ، مطيع ، محب للظهور ، خجول ، سلبى ، عنيد ، يميل إلى اللعب والشقاوة أم العزلة والهدوء ....) .

(٥) المجال التعليمى :

السن عند الالتحاق بالمدرسة ، ونوعية الاستجابة ، المواد المفضلة والمواد المكروهة ، مستويات التحصيل (منخفضة ، متوسطة ، عالية) ، الصدقات المدرسية (كثيرة ، قليلة ، عارضة ، عميقة) ، عضوية الجماعات المدرسية ، وهل كان تلميذاً بارزاً ، أم محدود الأفق ، وهل يميل إلى النشاط العضلى أم إلى العمل الفكرى والذهنى أم يجمع بين الاثنين . ونسأله عن علاقاته مع أساتذته وهل ترك أحدهما تأثيراً إيجابياً أم سلبيّاً عليه ، ونسأله عن الميول والهوايات والأنشطة الرياضية والدينية والاجتماعية ، القراءات المفضلة (دينية ، سياسية ، فكرية ، اجتماعية) .

(٦) المجال السادس : (المراهقة)

متى وكيف اكتسب معلوماته الجنسية الأولى عن ولادة الطفل والعلاقة بين الأبوين ، الخبرات الجنسية الأولى (الاستمناء ، اللعب الجنسى ، العلاقات مع الجنس نفسه أو من الجنس الآخر ، الاستجابة للنشاط الجنسى «قلق ، شعور بالإثم ، تقزز ، إشباع ، .... إلخ») .

وهذا المجال يمثل أمراً شاقاً بالنسبة للطالب ، وفى هذه الحالة قد يلجأ المرشد إلى الأسئلة غير المباشرة .

وأخيراً وثمة نقاط توضيحية يقوم بها المرشد نفسه عن طريق ملاحظة :

* المظهر الجسمى العام للطالب ، العمر الظاهرى ، هل يبدو عليه المرض أم الصحة ، اعتدال القامة ، شذوذ الجسم ، العادات الحركية (نشاط زائد ، رعشة ، تصبب العرق ، خمول فى الحركة والكلام) .

* الطريقة التى يحيى بها المرشد تتسم بالتحفظ .. بالإقدام .. بالخوف والتردد.

* حالة الملبس والأظافر ورائحة الجسم ، وأى علامات غير عادية فى الوجه، مثل : التشوهات والندبات ، التعبيرات الحركية ، تعبيرات اليدين والوجه .

* الاستجابة للمقابلة : تتسم بالعدوانية .. بعدم الاكتراث .. الحماسة .. الخجل .. التردد .

* مدى انتباهه وتتبعه لما يجرى فى المقابلة ، وتكيفه مع ظروف المقابلة (هل

مشتت الانتباه ، قلق ، غير مستقر ، غير آمن ، هل يسعى إلى الاطمئنان ، هل يكثر من تبرير سلوكه ، هل يشعر بالضيق .

* طريقة الكلام : هل يتكلم بحرية وطلاقة أم بخوف وحذر ، هل أقواله متماسكة ومترابطة أم شاردة ولا رابط بينها ، هل يضفى على كلامه شيئاً من الرمزية والغموض أم يتكلم بوضوح ؛ بذاته الصوتية مرتفعة أم منخفضة ، مترددة وراهنة أم قوية ومعبرة ومباشرة ؟ هل يميل إلى المأساة فى الكلام ، وهل تتناسب حركات الجسم واليدين والوجه مع طبيعة الموقف، هل تظهر عليه تغيرات فسيولوجية مصاحبة (رعشة فى اليدين ، تلعثم فى الكلام ، تصبب للعرق ، برودة للأطراف ، شعور بالضعف والوهن ، وعدم التناسق البصرى ، .... إلخ) .

* الحالة المزاجية السائدة : مرح ، كآبة ، لا مبالاة ، خوف .

* التقلب فى الحالة المزاجية : من التوتر إلى الهدوء ، من الضحك إلى البكاء ، أم تمضى المقابلة دون تغيرات مزاجية تذكر .



الفصل الخامس
الإرشاد النفسى لذوى
الاحتياجات الخاصة

يلعب الإرشاد النفسى دوراً محورياً فى رعاية المتخلفين عقلياً وفى الوقاية منه إلى حد كبير ، فهو جزء من الرعاية النمائية والوقائية والعلاجية .

وهذا الدور مردود إلى اهتمام الإرشاد النفسى بمساعدة الطفل المتخلف أو المعرض للتخلف العقلى على تنمية قدراته وإشباع حاجاته النفسية ، ومساعدته على الإفادة من الأنشطة والخبرات المتاحة له فى بيئته .

وإضافة إلى ذلك يسهم الإرشاد النفسى فى تحسين الظروف البيئية التى يعيش فى كنفها الطفل ، وذلك بالإرشاد والتوجيه لتوفير المثيرات البيئية ، التى تسهم فى تشكيل شخصية الطفل .

وتتعدد التعريفات الخاصة بالإرشاد النفسى وتتنوع ، ولعل من أهمها أن الإرشاد النفسى فى مجال التربية الخاصة ما هو إلا مجموعة من الخدمات الإرشادية أو البرامج الإرشادية ، التى يطلق عليها البعض اسم العلاج النفسى بينما يسميها آخرون التوجيه النفسى .

وهذه الخدمات الإرشادية تهدف إلى دراسة حالة الطفل وتشخيص قدراته وتوجيهه من خلال المقابلات الإرشادية والبرامج ، التى تحقق له الرعاية المناسبة وترشد أسرته إلى ما فيه مصلحة الطفل النفسية والعقلية والمهنية ، ومتابعته فى البيت والمدرسة ومراكز التدريب والتأهيل .

ويقوم بخدمات الإرشاد النفسى فريق من الإخصائيين ، يتكون عادة من الأخصائى النفسى ، والأخصائى الاجتماعى والتربوى والمعالج النفسى والطبيب ، ويهدف هذا الفريق الإرشادى إلى :

١- دراسة حالة الطفل وتشخيص قدراته وظروفه الأسرية .

٢- تحديد مكان رعاية الطفل وإقامته وفقاً للإمكانات المتاحة للمجتمع .

٣- إعداد برنامج الرعاية المناسبة للطفل .

٤- الإشراف على تنفيذ هذا البرنامج ومتابعة الأسرة للاستفادة منه .

٥- استمرار إرشاد الطفل وأسرته ومدرسيه ومشرفيه فى المدرسة ودور التأهيل

المتباينة .

ولعل أهم ما يقوم به الإرشاد النفسى هو دراسة حالة الأطفال ، قبل وأثناء وبعد الولادة لهدفين :

الأول : تصنيف الأطفال وفقاً لظروفهم الاجتماعية والصحية لتعرف الأطفال المحتمل تعرضهم للتخلف العقلى ، وهذا الهدف وقائى فى الأساس .

الثانى : تشخيصى : يقوم على دراسة عميقة ومطوقة تشمل كافة جوانب نموه ومستوى قدراته العقلية ، ومظاهر نموه البدنية ، وطبيعة الظروف الاجتماعية والاقتصادية والثقافية التى يعيش فى كنفها الطفل .

ولبلوغ هذين الهدفين يسعى التشخيص إلى :

(١) معرفة المعطيات التاريخية الخاصة بالطفل قبل الولادة ، والتى تتمثل فى (ظروف العمل ، هل كان حمله مرغوباً فيه من الناحية الوجدانية لدى الوالدين أم مرفوضاً ، وهل كانت الولادة طبيعية أم قيصرية ، ومالأمراض التى أصيبت بها الأم) .

(٢) النمو المعرفى : حيث الانتباه والإدراك والتذكر وتكوين المفاهيم والتصورات والعمر العقلى ونسبة الذكاء .

(٣) النمو الحركى : حيث التآزر بين العينين واليدين ، وتوجيه اليد للإمساك بالأشياء ودفعها ولمسها وكيفية استخدام المهارات الحركية فى الزحف والحبو والمشى .

(٤) النمو اللغوى : حيث القدرة على التعبير الحركى والابتسامة والحركات والنطق والتعبير بجمل وعبارات .

(٥) السلوك الاجتماعى : حيث قدرة الطفل على الاعتماد على نفسه فى الأكل والملبس والنظام والنظافة والقدرة على الاحتكاك والمبادأة بالمواقف ومحاكاة الآخرين والتواصل اللفظى والانفعالى مع الآخرين .

(٦) التحصيل الدراسى : تاريخ الطفل وخبراته المدرسية ومدى الاستفادة منها.

(٧) الحالة الصحية : حيث معرفة التطور النمائى للطفل والصحى ، والإصابات والأمراض التى تعرض ، وما يمكن أن يترتب على ذلك من أعراض .

والتشخيص فى الإرشاد النفسى ، شأنه شأن التشخيص فى العلاج النفسى له هدفين حال ومقبل . حالٍ : ويتم فيه تشخيص حالة الطفل كما هو الآن ، حجم

الإعاقة ونسبة الذكاء والأعراض التى يعانيها . ومقبل : أى ما يمكن أن يكون عليه وضعه فى المستقبل إذا ما أحسن علاجه ، أو إذا ترك بغير علاج أو إرشاد أو تدريب وتأهيل .

وفى ضوء هذه الأهداف يتم توجيه الطفل إلى المكان المناسب لرعايته ، وإعداد البرامج التى تساعد على استثمار المتاح له من الإمكانية والقدرة والفعل .

ومن شأن هذه البرامج أن تنمى ثقة الطفل فى نفسه وفى بيئته ، ومن خلال مساعدته على إشباع حاجاته إلى الأمن والإنجاز التقدير بلوغاً إلى مفهوم لا بأس عن ذاته .

ولهذا يعتمد الإرشاد النفسى على التواصل اللغوى وغير اللغوى ، حيث الكلام والتعبيرات الحركية كالرقص والرياضة والمسابقات والرسم والموسيقى واللعب وما إلى ذلك .

ولكى ينجح الإرشاد النفسى مع المتخلفين عقليا ، يجب أن يهتم المرشد بما يسمى بالعلاج التصحيحى Correct therapy الذى يهدف إلى تحسين مظهر الطفل ، ويشمل علاج بروز الأسنان ، أو تشقق الشفاة ، أو إزالة أصبع زائد ، أو لحمية الأنف أو أية تشوهات أو أسباب جسمية أو نفسية للتبول اللإرادى أو ضعف السمع أو عدم الاتزان الحركى أو سيلان اللعاب من الفم ، وغير ذلك من الأعراض التى تؤثر على مظهر الطفل نظافته ورائحته .

كما يجب على المرشد الاهتمام بتصحيح عيوب النطق وتنمية محصوله اللغوى وتدريبه على السلوك الاجتماعى المقبول ، من خلال المناشط الفعالة السابق ذكرها كالرياضة والرسم والموسيقى والمسابقات والرحلات .

الإرشاد النفسى للوالدين :

يعتبر إرشاد الوالدين جزءاً لا يتجزأ من عملية الإرشاد النفسى فيها ، المعلم الأول للطفل ، ومن خلالها قد يتعلم الطفل المهارات والخبرات الأولية ، ولا يمكن رعاية الطفل المتخلف عقليا دون مساعدة الوالدين واضطلاعهما بمسئولية إزالة الطفل من حيث الرعاية والحماية وتنمية الثقة فى ذاته ، وفى قدراته وتشجيعه على تنمية مهاراته الحسية والحركية والاجتماعية .

غير أن المشكلة تكمن فى أن كثيراً من الآباء يجهلون كيفية التعامل مع أبنائهم، إما لجهل بحاجات الطفل ، أو لنقص فى الخبرة أو لإهمال وتراخ فى تنفيذ الواجبات أو لعدم توافر القدرة الممكنة لرعاية الطفل .

ومن هنا فلابد من إرشاد الآباء وتبصيرهم بما ينبغى عمله وكيفية عمله فى حدود الممكن والمستطاع لدى الأسرة ، ولهذا يهدف الإرشاد إلى تنمية قدرات الوالدين حتى يتمكنا من الاضطلاع بمسئولية الابن المتخلف عقلياً ، ويتم ذلك عن طريق الإرشاد الموجه والمباشر للوالدين لمعرفة شخصية الوالدين واتجاهاتهما ودوافعهما تجاه ابنهما المعوق ، لأمرين :

الأول: إن هذا الفهم يتيح للمرشد النفسى فرص تصميم برامجه ، وفقاً لما يتمتع به الوالدين من سمات شخصية وقدرات واستبصار .

الثانى: إن الآباء يختلفون فيما بينهم فى درجة تقبلهم ورضاهم بقضاء الله وقدره فيما يتصل بتخلف أحد أبنائهم .

وهذا التباين فى الاستجابة نحو إعاقة الابن يتلخص فى :

(١) القلق والشعور بالذنب والإحباط واليأس والعجز عن مواجهة المشكلة .

(٢) التشكك فى التشخيص .

(٣) الاعتراف بتخلف الطفل ، دون فهم لما يمكن القيام به فى المستقبل .

(٤) التبصر بمشكلة الطفل والرضا بقضاء الله والسعى إلى علاج الطفل وإعادة تأهيله .

(٥) إنكار التخلف وعدم الاعتراف به .

(٦) الحماية الزائدة التى قد تتمثل فى مشاعر استبصار لما ينبغى القيام به .

(٧) النبذ المقنع : حيث ظهور الاتجاهات السالبة والمنكرة للطفل .

(٨) النبذ الصريح : حيث الإحساس بالعدوانية والكراهية والرفض لطفلهم المعوق عقلياً .

وتكشف بعض الدراسات التى أجريت على مجموعة من المتخلفين عقليّاً ، خضعوا لبرامج إرشادية لمدة ستة شهور عن تحسن فى النواحى الذهنية والشخصية والعقلية .

وتتمثل بعض الانحرافات السلوكية والمشكلات النفسية التى يعانى منها المتخلفين عقلياً من فئة متوسطى التخلف فى : الفشل فى التحصيل الدراسى ، القلق والمخاوف المرضية ، التمرد والخروج على النظام ، الفشل فى تكوين علاقات طبيعية مع الآخرين ، العدوانية والتخريب ، عدم الاستقرار ، والنشاط الزائد ، والتبول اللاإرادى ، والجنسية المثلية الموجبة والسلبية ، وصعوبات النطق والكلام ، والعيش نهباً للهذاءات والهلوسات البسيطة .

ولعل من أهم أهداف الإرشاد النفسى تحقيق علاقة ودودة بين المرشد والمسترشد ، ومن شأن هذه العلاقة أن تنمى معابر الثقة والالتقاء بين طرفى العملية الإرشادية ، ومن ثم تبصير الطفل بقدراته وإمكاناته وتوجيهه لاستثمارها والاستفادة منها والتخفيف من حدة القلق والشعور بالدونية والإحباط عن طريق :

أولاً : تنمية ثقة الطفل بنفسه عن طريق الأنشطة الحركية والعقلية التى يستخدم فيها مهاراته وقدراته ، الأمر الذى يشعره بالقدرة والمقدرة ، ومن ثم الشعور بالاستحسان وتقدير الذات .

ثانياً : مساعدة الطفل على تقبل ظروفه النفسية والاجتماعية وتدريبه على تحمل الإحباط .

ثالثاً: تعديل اتجاهاته نحو نفسه وأسرته والمجتمع من حوله .

رابعاً : تنمية الشعور بالمسئوليات وتشجيعه على المبادرة فى المواقف .

خامساً: التخفيف من حدة القلق حيث الخوف من الآخرين والشعور بالدونية والإحساس بعدم الكفاية والنظر إلى الآخر كوجه محبط وعدوانى عن طريق الجلسات العلاجية وتصحيح بعض المفاهيم الخاصة به عن المجتمع والناس .

هذا ، ويتجه العلاج النفسى والإرشاد النفسى فى مجال خدمة المعوقين إلى تبنى الاستراتيجيات العلاجية والإرشادية ، التى من شأنها أن ترد إلى المعوق إنسانيته المستلبة ، وتعيد إليه الإحساس المتين بالذات ليعبر عن ذاته حسياً ووجدانياً وعقلياً ، عن طريق «دمجه» داخل المجتمع وتأهيله تأهيلاً إيجابياً فعالاً .

ومن بين الذين يتبنون هذا الاتجاه الإيجابى فى التربية الخاصة الدكتور فاروق صادق ، الذى حدد بعض الأسس والمبادئ التى ينبغى اتباعها فى بناء البرامج الخاصة بالمعوقين ، من أجل دمج هذه الفئة من الناس داخل المجتمع عن طريق استخلاص الأصول والمبادئ ، التى يمكن الاعتماد عليها فى تعميم وبناء البرامج فى صورة عرض منظم لأهم المفاهيم والنظم والبرامج ، وملامح وشروط نجاحها ، وكيفية تقديم الخدمات للأطفال من ذوى الإعاقة فى أى مرحلة من مراحلها ، وتوزيع الرعاية بين الاخصائى والأسرة والمجتمع ، كما تتناول هذه المفاهيم التخطيط المسبق للوقاية الأولية والثانوية كجزء من برنامج الرعاية النمائية للطفل المتخلف عقلياً .

وتتحدد هذه «المفاهيم» والمبادئ والأصول فى بناء البرامج فى الوصايا العشر التالية :

أولاً : حق "المعوق" فى الخدمات الخاصة حق مستمر:

The Right of The Handicapped For Contineous Services

تبلورت فلسفة التربية الخاصة والتأهيل فى أن الطفل الذى لديه إعاقة إنسان كأى إنسان له حق فى الرعاية الصحية والتعليمية والاجتماعية والتأهيلية فى جميع مراحل نموه وتطوره ، كما أن له حق العمل والتوظيف فى مرحلة العمل ، وله حق تكوين أسرة بالزواج (إن لم يكن هناك محدد يمنع من ذلك) كما أن له حق الحياة فى سياق الحياة الاجتماعية فى المجتمع ، والتمتع بما يتمتع به كل مواطن من حقوق مادية أو اجتماعية أو إدارية وعليه كل واجبات المواطنة (حسب إمكاناته وتوجهاته) ؛ أى إن الفرد الذى لديه إعاقة هو مواطن له حق المواطنة وعليه واجباتها بقدر استطاعته وتحمله لمسئوليته ولقد ارتبطت هذه الحقوق بمبدأ تكافؤ الفرص Equality of opportunity بين الأفراد والمواطنين ، دون أن تتأثر هذه الحقوق بلون أو دين أو عقيدة أو أصل عرقى أو جنسى أو غيرها من دواعى التمييز بين الأفراد .

ولقد ارتبطت معظم هذه الأفكار بالفكرة الديمقراطية الحديثة فى معظم الكتابات الغربية فى طرق إدارة الحكم والتنظيم الإدارى للدولة .

ولا يخفى علينا أن هذه الفلسفة إسلامية فى الأصل ، أرسى أسسها القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة وسلوك الخلفاء الراشدين ورجالات الدين الإسلامى فى كل العصور «فلا فضل لعربى على عجمى إلا بالتقوى» .

فقد أرسى الإسلام حقوق المواطنين فى الرعاية على أسس شرعية لا تحتمل التأويل أو التزييف أو المزايدة ولقد تواجدت الاختلافات فى الفلسفات أو الإمكانات ، أو فى التطبيق بين دول العالم واختلفت الأولويات ، ولذلك اهتمت منظمة الأمم المتحدة ووكالاتها المتخصصة بهذه المشكلة فأفردت لها جلسات متتابعة من الجمعية العامة للأمم المتحدة منذ أوائل الستينيات من هذا القرن ، ثم اتبعتها مؤتمرات فى الوكالات المتخصصة ، وخلصت إلى دستور بين دول العالم بوضع برامج التربية الخاصة والتأهيل للمعوقين ضمن خطط التنمية الاجتماعية فى كل دولة ، وأن نقدم التقارير من الوزارات المعنية بكل دولة إلى مجلس وزرائها ، ومن ثم إلى وكالات الأمم المتحدة للمتابعة والتوجيه ، ولقد تشكلت اللجان الدولية لمتابعة هذه الأمور .

ولقد برزت منظمة الصحة العالمية "WHO" ومنظمة العمل الدولية "ILO" واليونسيف "UNICEF" واليونسكو "UNESCO" فى أداء هذه الأدوار ؛ حفاظاً على حقوق الأطفال ذوى الإعاقة فى تلقى الرعاية داخل مجتمعاتهم ومتابعتها .

أما عن استمرارية حق الخدمات .. فقد أصبحت «ضرورة» لاستمرار الرعاية التى يستمر معها استمرار التوافق والمساندة فى جميع مراحل العمر ، التى يمر بها الفرد من ذوى الإعاقة .

ولابد من توافر خدمات عمرية متمايزة حسب مرحلة عمر الإعاقة منذ الطفولة إلى المراهقة إلى الرشد ثم الشيخوخة ، فقد أثبتت البحوث العلمية أهمية هذه الخدمات فى دعم حياة الإعاقة ومساندتهم ؛ للتغلب على مشكلاتهم الشخصية والأسرية والمهنية فى مراحل حياتهم المختلفة .

المبدأ الثاني: دمج "المعوقين" في خطة التنمية الشاملة للمجتمع :

Integration of the Handicapped in the Society

لقد مارست كثير من الدول عزل الأفراد من ذوى الإعاقة فى مؤسساتهم أو مستعمراتهم لفترة قصيرة أو طويلة ترتبط بتعليمهم وإعدادهم مهنياً على مهن تصلح لهم ويصلحون لها ، وارتبط بخطة إعدادهم فى عدد من المهن أو الحرف ، التى جرت العادة على توجيههم إليها حسب إمكانات كل مؤسسة .

ولقد أوضحت البحوث العلمية عدم صدق كثير من المبادئ والممارسات ، التى تعتمد على «مفهوم» أو خبرات محددة سبق الاعتماد عليها فى ممارسات القبول أو التسكين أو التصنيف أو التوجيه المهنى . كما اكتشفت البحوث بأن الطفل ذا الإعاقة «كفرد» يصعب وصفه حسب معيار واحد أثناء تقديم الخدمات إليه ، وفى كل مراحله العلمية أو التأهيلية .

فالجانب العلمى يقتضى منا اكتشاف ميوله واستعداداته ومهاراته المتعددة ، ليس فى النواحى الأكاديمية فقط فى القراءة والكتابة والحساب ، ولكن فى مجالات الإنتاج الأخرى الزراعى منها والحيوانى والصناعى والتجارى ، وفى الجوانب الابتكارية منها كالجوانب الفنية أو الأدبية .

فالفرد الذى لديه إعاقة «إنسان» له إمكاناته وقدراته ، ومهمتنا العلمية اكتشاف تلك الإمكانات والقدرات ورعايتها وحصادها فى مصلحة المجتمع بأسلوب علمى وحضارى وإنسانى .

إن المبدأ الإنسانى يقتضى منا ، ويتطلب منا رعايته صحياً وتعليمياً وتأهيلياً واجتماعياً ومهنياً حتى تؤدى الرسالة أهدافها .

والخلاصة أن الإنسان الذى لديه إعاقة لابد من رعايته كفرد له إمكانات وقدرات ، كما أن به قصورات ، وعلى البرنامج المعد له إدخال تلك المفاهيم فى الاعتبار لإعداده مواطناً يقوم بواجباته استثماراً لكل إمكاناته فى سياق الحياة الاجتماعية ، وأن يكون الفرد الذى لديه إعاقة هو فى عمله وإنتاجه ، وكيانه جزء من الخطة التنموية للمجتمع الذى يعيش فيه .

يقتضى الدمج أيضاً أن تعطى الخدمات فى جو عادى من الحياة الطبيعية ذات الإيقاع الطبيعى للحياة اليومية بقدر الإمكان ، وبأقل قدر من المحددات البيئية التى تمنع تفاعله مع الحياة الطبيعية للأفراد العاديين .

المبدأ الثالث : الأخذ بالنظم متعددة التخصصات في رقم البرامج :

Multidisciplinary Approach

من المألوف أن يحتاج الفرد الذى لديه إعاقة إلى عدة خدمات تخصصية ذات كفاءة عالية ، حتى تتكامل الجهود وتوفق فى تقديم فرص نمو متكاملة من النواحى الصحية والتعليمية والتأهيلية والمهنية ، وتضمن للفرد ذى الإعاقة فرص النجاح فى الاندماج فى مجتمعه فى سن الرشد .

وتعتمد بعض الدول المتقدمة كالولايات المتحدة مثلاً فى تقديم خدماتها «الحكومية» عن طريق وزارة واحدة للخدمات ، (بالإضافة إلى المجهودات اللانهائية للمؤسسات غير الحكومية والدينية) ، وبعض الدول الأخرى ينجح عن طريق تجنيد الخدمات المتكاملة فى مؤسسات غير حكومية أو أهلية أو محلية ينشط دورها فى رعاية المعوقين ، تتضاءل بجواره المجهودات الحكومية ، كما هو الحال فى الدول الإسكندنافية من السويد والنرويج والدانمارك وفنلندا والتى تتميز برامجها بالمرونة والكفاءة العالية .

ولقد بدأت المحاولات الجادة منذ بدء السبعينيات من هذا القرن فى الدول العربية بعامة ، ودول الخليج بخاصة لتشكيل هيئات عليا بكل دولة ، ثم بجامعة الدول العربية لرسم الخطط وتحييد السياسات والأولويات ، وطرق تنفيذها بدولها لضمان تكامل الاستراتيجيات ، التى تضمن تحقيق التكامل بين الدول فى تنفيذ برامج فعالة للأفراد من ذوى الإعاقة فى جميع مراحل حياتهم .

والمعروف أنه على الرغم من الجهود الدائمة فى هذا المجال ، إلا أن تقييم النواتج وتقنين البرامج ومتابعتها ما زال يحتاج إلى المزيد ، إذا ما قارنا بين البرامج العربية والمستوى السائد حالياً فى الدول المتقدمة .

المبدأ الرابع : توفير البدائل عن اختيار برنامج لطفل معوق :

Alternatives

إن المتغيرات التى تحدد خصائص الفرد من ذوى الإعاقة متعددة ، فمنها متغيرات الطفل ، كالسن والجنس ومدى القصورات التى تحدثها الإعاقة ، وهى تشمل نوع الإعاقة وشدتها ومدى القصورات التى تحدثها الإعاقة فى الفرد ، ونوع ومدى الإمكانات التى تتوافر لديه ، كما أن هناك متغيرات خاصة بمكان الخدمات ونوعها ، وتركيزها ومداها ومدى تأثير هذه الخدمات على الطفل ، ومدى الإمكانات المتوافرة فى مكان تأدية الخدمة ومدى كفاءتها فى إحداث التغيير المطلوب فى الطفل ؛ بحيث تؤدى به فى النهاية إلى أكبر درجة من النمو الكمى والكيفى ، وفى مدى اعتماده على نفسه ثم استقلاليته .

ويعتقد العلماء بأنه من الأفضل عند اختيار خدمات الطفل ذى الإعاقة أن تتحقق فى الخدمات خصائص الكفاءة والمرونة والتنوع بحيث تكون البيئة الخدمية أو الاجتماعية من حولها أقل عزلاً وأقرب دمجاً مع الأسوياء .

وهذا يتطلب من المؤسسات كثيراً من التعديلات فى نظم القبول وتحديد المعايير والمرونة فى التسكين والملاحظة والمتابعة فى ضوء خصائص الطفل ، والتنوع فى الخبرات والممارسات والتنوع فى أساليب العمل والتقويم ، وتعدد الاتجاهات فى الانطلاق بالطفل إلى عالم الغد .

المبدأ الخامس : تكامل التشخيص في وقت مبكر والاهتمام برسم مستقبل الطفل

Early Identification and Prognosis

تتسبب الإعاقة فى تعطيل ملامح النمو المتكامل عند الطفل ، فكلما تم تعرف مسببات أبعادها في وقت مبكر ، وكلما قدمت الخدمات للطفل المعوق فى وقت مبكر ، تم حصر آثارها الأساسية والفرعية فى نطاق أضيق ، وكانت القصورات لدى الطفل أقل أثراً على نموه المتكامل .

ويحتاج التشخيص المتكامل والمبكر عدة عمليات تخصصية فى النواحى الطبية، والطبية النفسية ، والنواحى السلوكية والنفسية للطفل ، والنواحى الأسرية بحيث تؤدى فى النهاية إلى رؤية واضحة لأبعاد المشكلة فى علاقتها بإمكانات الطفل من ناحية ، وديناميات القصور الموجودة لديه من ناحية أخرى ، ولابد أن يؤدى

التشخيص إلى هذه الرؤية المتكاملة فى علاقتها بالرؤية المستقبلية للطفل فى سياق الخدمات المتوافرة فى المؤسسة أو فى البيئة ، ورسم مستقبل الطفل Prognosis فى هذه الخدمات والتوقعات المنتظرة منه أثناء أداء هذه الخدمات له ، ومتابعه الفعلية ، وهو الأمر الذى يؤكد ضرورة متابعة الفريق للطفل فى سياق هذه الخدمات لتحديد إيقاعاتها معه ومدى الاستفادة منها ، ومن ثم يكون هناك تقييم دائم للخدمات مع تعديلها لكى توافق احتياجات الطفل وتوابع إعاقته .

المبدأ السادس : رسم البرنامج يكون فردياً :

Individualized Program

لانبالغ فى القول إذا نظرنا إلى كل حالة إعاقة على أنها حالة فريدة من نوعها فى طبيعتها وفى تركيبها وعناصرها وفى تفاعل هذه العناصر فى الطفل والأسرة .

ولقد تعدلت الاتجاهات فى التعامل مع الأفراد من ذوى الإعاقة من ممارسات المؤسسة الداخلية العزلية وتطورت تدريجياً إلى المؤسسات النهارية ، ثم الفصول الخاصة بالمدارس العادية ثم الدمج فى فصول العاديين ، كما تطورت برامج التأهيل المهنى والاجتماعى من المؤسسات الداخلية إلى التأهيل داخل المجتمع فى وحدات مجتمعية أهلية وأسرية قريبة من أماكن الإنتاج ومتكاملة معها .

وتحولت الفصول الجمعية إلى أنشطة فردية فى غرف للمصادر فى إطار جماعى Resource Rooms ، ونمت البراعة الجمعية وغلب عليها الطابع التفريدى Individualized داخل الفصل أو داخل الجماعة سواء فى التعليم أو التأهيل لكى يقابل الخصائص الفريدة لكل فرد ، ولكى نسمح له بأقصى قدر ممكن من النمو والاستقلالية . ولا يمكن أن ننسى أن تكون لدينا معايير فردية للعمل الجمعى ومعايير جمعية للعمل الفردى .

ومتابعة البرامج الفردية تكون من قبل الفريق Team Work الذى يتحقق من خلاله أهداف البرنامج فى كل فرد من الأفراد من ذوى الإعاقة .

ومن ثم فإن الاعتماد على البرامج «الجمعية الكلية» Group - Mass والعزلية Deinstituionlization يجب أن يتم التغيير فيه إلى الجماعات الصغيرة داخل المؤسسة وداخل المجتمع .

المبدأ السابع : الجماعية في القرارات المهمة بالنسبة للطفل :

Group Decisions

إذا كانت جوانب البرنامج متعددة ، ونواحى متابعة الطفل متعددة أيضاً ، فمن المنطقى أن يشترك أكثر من مختص واحد فى الملاحظة لتسجيل نواحى نموه وتقييمها.

وإذا كان الأفراد (فى ضوء إعدادهم وخبراتهم) يختلفون فى وجهات نظرهم وتقييمهم للحالة ، فمن الضرورى أن يتم الاتفاق بين المختصين بحالة الإعاقة ؛ خاصة فيما يرتبط بالقرارات المهمة التى تحد كيانه ومصيره كما هو الحال فى المواقف التالية :

التشخيص المتكامل ، والتكهن بالحالة ، القبول فى مؤسسة أو مدرسة ، التحويل إلى خدمات أفضل ، التسكين فى مستوى أو مجموعة داخل جماعة العمل فى التعليم أو التدريب ، النقل من مستوى آخر أو من مرحلة إلى مرحلة أخرى أثناء تعليمه أو تدريبه ، وكذلك مرحلة إنهاء الخدمات التعليمية أو التدريبية والانتقال إلى مرحلة للتشغيل الخارجى ، أو فى مرحلة إعادة تأهيله وتدريبه إلى حرف بديلة ، أو تحفيزه إلى مرحلة الاستقلالية للعمل فى غمار حياة المجتمع اليومية ... إلخ .

إن الانتقال من أى مرحلة إلى المرحلة التى تليها يحتاج بلا شك إلى تعدد المجهودات وتجميع البيانات واستخدام المعايير الموضوعية للتوصل إلى أفضل حكم «فى صالح المستفيد» ، دون عدوان صارخ على معايير البرنامج داخل المؤسسة أو أى تأثير سالب على نظام العمل بها تحقيقاً لقيمها العلمية والإنسانية .

ومما لا شك فيه أن اللوائح ونظم العمل الموضوعة فى كثير من المؤسسات والمعاهد تظل حبيسة عن تطبيق ما طال أمد القرارات الفردية من أعلى إلى أسفل، دون تشغيل لديناميات اللجان الفنية ، أو دون تنفيذ العمل الجمعى بروح الفريق لصالح المستفيدين «أمركم شورى بينكم» .

بإمكانات الطفل من ناحية ، وديناميات القصورات الموجودة لديه من ناحية أخرى ، ولابد أن يؤدى التشخيص إلى هذه الرؤية المتكاملة فى علاقتها بالرؤية المستقبلية للطفل فى سياق الخدمات المتوافرة فى المؤسسة أو فى البيئة ورسم مستقبل الطفل prog nosis فبهذه الخدمات والتوقعات المنتظرة منه أثناء أداء هذه الخدمات له، ومتابعته الفعلية ، وهو الأمر الذى يؤكد ضرورة متابعة الفريق للطفل فى سياق

هذه الخدمات لتحديد إيقاعاتها معه ومدى الاستفادة منها ، ومن ثم يكون هناك تقييم دائم للخدمات مع تعديلها لكى توافق احتياجات الطفل وتوابع إعاقته .

المبدأ الثامن : ضرورة تعليم وتدريب الوالدين والأسرة كجزء من البرنامج:

Parent Education as Part of the Program:

إذا كانت الإعاقة دائماً تحدث فى أسرة .. فإن الوالدين بحكم مسئولياتهما فى الأسرة مسئولان أيضاً عن طفلهما المعوق ، فمن الناحية الشرعية كلنا راع ، وكل راعٍ مسئول عن رعيته .

فالإعاقة تحدث فى جو الأسرة ومسبباتها غالبا ما تترك ظلالاً من المسئولية غير مرغوب فيها على الوالدين ، فى نشأتها وطورها ، كما أن الأسرة مسئولة عن رعاية الطفل وتنشئته وتربيته قبل سن المدرسة ، وتظل مسئوليتها موازية للمدرسة أو المؤسسة وإلى الأسرة يرد المعوق أثناء تعلمه أو تدريه وما بعدها .

فالمنزل أولى بالرعاية والعناية بالطفل وطرق التعامل معه ، كيفية رعايته طفلا أو مراهقاً ، فى مراحل تعلمه أو تدريه أو تهيئته للحياة الاجتماعية بعد اكتمال البرنامج ، وغالباً ما يستمر المنزل فى متابعة الراشد ذى الإعاقة ولو كان الأمر جزئياً، إن لم يكن طوال حياته .

ومن هنا فإن التخطيط لكى يكون المنزل جزءاً من برنامج الرعاية فى جميع مراحل التعليم والتدريب أمر فى منتهى الحيوية والجدية ، إذا أردنا لكل مستفيد النجاح فى الحياة بعد التخرج .

المبدأ التاسع : مساندة المعوق والدفاع الاجتماعي عنه كمواطن :

Citizen Advocary

إن البرامج والخدمات الموجهة إلى الأفراد من ذوى الإعاقة هى بطبيعتها موجهة فى سياق الحياة الاجتماعية بما فيها من تغيرات فردية أو أسرية أو إنسانية أو اجتماعية أو اقتصادية أو حضارية .

ويتحدد مصير كثير من البرامج على اتجاهات المجتمع ومصادره نحو كفاءة هذه البرامج ومدى تحقيقها لأهدافها ، فاتجاهات المجتمع نحو الإعاقة والمعوقين، غالباً ما تعمل «كوسط» Medium تعمل داخله هذه البرامج .

ومن ثم .. فإن مساندة الطفل أو الراشد من ذوى الإعاقة أمر مرغوب فيه ، وتباين حاجاتهم فى الحياة اليومية والمحافظة على حقوقهم ، ومساندتهم لضمان أداء مقبول ، ونشر الوعى الاجتماعى بأهمية البرامج ومدى فعاليتها وأهميتها الحيوية فى حياة كل مستفيد ، هى من الأعمال الاجتماعية الأخلاقية .

ومن ثم .. فإن توفير «المساندة» للطفل أو للراشد حتى يمكن تأدية الحقوق والواجبات بطريقة متسقة مع الحياة الاجتماعية تعتبر فى صميم برامج التعليم والتدريب .

إن حافز الدعم والمساندة لهؤلاء الأطفال أو الراشدين هى كجزء من عملية التنمية الاجتماعية لأفراد المجتمع ، الذى يتمتع فيه كل مواطن بحقوقه وواجباته فى سياق العدالة الاجتماعية .

إن هناك ثلاثة مستويات من عمليات الدفاع الاجتماعى فى مجال الإعاقة .

المستوى الأول :

هو توفير المساندة لذوى الإعاقة فى الأماكن الطبيعية لوجود الفرد سواء كان فى الأسرة أو فى المدرسة أو فى المؤسسة أو فى الحياة الاجتماعية فى سن الرشد لتسهيل عملية نموه وتفاعله وتحمله لمسئولياته

المستوى الثانى :

من الدفاع الاجتماعى هو حشد الجهود لدعم برامج المساندة من ناحية وبرامج رعاية ذوى الإعاقة من جانب آخر ، وتعديل اتجاهات الناس نحو هذه الفئة لأكثر من أسلوب .

المستوى الثالث :

للدفاع الاجتماعى عن ذوى الإعاقة أن يعمل المواطن على المستوى الوقائى فيعمل مع أفراد المجتمع فى أعمال الوقاية من الإعاقة فى شقيها الأولى أو الثانوى «على أنهاحركة تعليم مستمر» .

وبذلك تتحقق أهداف المساندة والدفاع الاجتماعى ، عن طريق تقنين الخدمات الإنسانية لدمج ذوى الإعاقة فى الحياة الاجتماعية للمجتمع كمواطنين .

المبدأ العاشر : التخطيط للوقاية من الإعاقة كجزء من البرنامج لرعاية المعوقين:

Prevention as a Part of the National Program for Human Services:

إن الوقاية خير من العلاج ، والوقاية فى مجالات الإعاقة هى فى مستويين أحدهما : الوقاية الأولية أى التخلص من المسبب تماماً ، والثانى هو الوقاية الثانوية وهو بمثابة الاكتشاف المبكر ومواجهة متضمنات الإعاقة وأبعادها فى وقت مبكر للسيطرة عليها أو التقليل من آثارها .

والبرنامج ذو الكفاءة العالية هو البرنامج الذى يحتوى فى مكوناته على عمليات الوقاية الأولية (فى تدريب الوالدين للسيطرة على مسببات المرض أو ناقلاته وإصابات الحوادث ... إلخ) ، أو الوقاية الثانوية (مثل رعاية الأم الحامل لسلامة الجنين من كل المخاطر) فى صورة الاكتشاف المبكر ، وعمل قوائم الانتظار مع المتابعة المنزلية حتى يحين وقت القبول المنتظم فى المدرسة أو المؤسسة . وكذلك زيادة الكفاءة للبرامج التعليمية فى المدارس والمؤسسات من زيادة الإمكانات والوسائل والوسائط ، واستحداث طرق وأساليب جديدة فى التعامل مع الأفراد من ذوى الإعاقة، أو فى زيادة خبرات العاملين بها من إعداد وتدريب متدرج خلال فترة الخدمة ، وزيادة كفاءة اتصال المدرسة أو المؤسسة بالمؤسسات الاجتماعية فى المجتمع ، وهى التى يعمل بها المستفيدون من البرامج بعد تخرجهم فى غمار حياة الراشدين فى أداء العمل ، أو فى مجال الأسرة فى الحياة الاجتماعية .

فالوقاية من الدرجة الأولى هى الوقاية من حدوث الإعاقة ، والوقاية من الدرجة الثانية ، هى فى الاكتشاف المبكر والتحرك مبكراً فى مواجهة آثارها ومتضمناتها ، والوقاية من الدرجة الثالثة هى فى برامج التعليم والتدريب المألوفة فى المؤسسات والمدارس ، والوقاية من المرتبة الرابعة هى فى تقديم الخدمات للمحتاجين بعد تركهم المؤسسة أو المدرسة فى غمار حياة العمل والحياة الاجتماعية فى المجتمع .

أخلاقيات الإرشاد النفسى

Ethical of Psychological Counseling

مقدمة :

لكل مهنة مجموعة من القيم الحاكمة لها ، تكون بمثابة الإطار المعيارى لهذه العمل ، على نحو يحفظ لهذه العمل قيمته واستمراريته ونموه المتواصل ، وتوجه صوب المستقبل .

وهذه الأخلاقيات والقيم تكون ألزم ما تكون حينما يتصل العمل بأسرار الناس ، ومواطن الضعف فى صلب تكوينهم ، وأسباب القلق والحيرة والاكتئاب وضلال الطريق ، وضياع الأمل وغيبة اليقين والخوف العارم من المستقبل ، والإحساس بالذنب ، والضعف أمام ضغوط الرغبة والحس والشهوة العارمة .

هاهنا تكون المحافظة على سرية العلاقة، ضرورة لا مناص منها ، إذا ما أردنا أن نبلغ بالإرشاد إلى مستويات مرضية من الأداء والنتائج .

وقد وضعت جمعية علم النفس الأمريكى American Psychology Associa-tion منظومة من المعايير القيمة لكل مشتغل بعلم النفس والإرشاد النفسى تتمثل بعض هذه المعايير القيمية فى :

المسئولية ، الكفاءة ، السرية ، الالتزام بالقيم الحلقية ، المبادئ القانونية .

فثمة مسئولية المرشد والعميل ، تكمن فى إحساس المرشد بأنه مسئول عن كل عميل ، وعن كل ما يتعلق بأسراره الشخصية وما يتصل بمكونات شخصيته من قوة وضعف .

وعلى هذا .. فإن المسئولية يتم تعميقها لدى المتدربين وطلاب الإرشاد النفسى.

وتظهر كفاءة Competence المرشد فى قدرته على استخدام طرائق الإرشاد النفسى ، وإمكانة تشخيص الحالة ، وتكمن كفاءة المرشد فى كيفية إعداده إعداداً أكاديمياً موقفا يتمثل فى دراسته لنظريات وأساليب الإرشاد ، نظريات الشخصية ، علم النفس الاجتماعى ، علم نفس النمو ، علم نفس غير العاديين ، طرائق تعديل السلوك باستخدام المقاييس والاختبارات النفسية والتشخيصية ، البرامج الإرشادية فنيات المقابلة التشخيصية ، تحليل البرامج ، الإرشاد الجماعى ، الإرشاد الفردى ، علم نفس الطفل ، مناهج البحث فى علم النفس والإرشاد النفسى ، أساليب الإرشاد النفسى .

إضافة إلى الممارسة العملية فى المراكز الإرشادية والعيادات الإكلينيكية .



الفصل السادس

القياس فى الإرشـــاد النفســى

القياس فى الإرشاد النفسى

مقدمة :

يهدف هذا الفصل إلى الكشف عن عدد من المحاور الأساسية فى الإرشاد النفسى ، وكيفية قياسه وكيفية استخدام البرامج الإرشادية المختلفة من خلال : توضيح الطرق المختلفة فى الأبحاث الكمية للإرشاد النفسى ، ونتائج هذه الطرق عبر ثلاث أجيال ، اعتباراً من ١٩٥٠ حتى وقتنا الحاضر .

أولاً : المنهج الكمي :

أوضح ميكليود ، Mcleod (١٩٩٣) أن ثمة اختلافات بين المنهج الكمى quantitive والمنهج الكيفى qualitative ، فى بحوث الإرشاد النفسى ، فالأبحاث الكمية تحتوى على مقاييس وتحليلات لكافة المتغيرات باستخدام الاختبارات ومقاييس التقدير ، والاستبيانات questionnaires ، التى يمكن تفسيرها عن طريق الأساليب الإحصائية المتجمعة عن هذه الاختبارات، ومن زاوية نظرية .. فإن البحث الكيفى يتطلب أن يكون الباحث حراً ، غير مقيد ، وهنا تكمن الإشكالية . ولهذا يجب الأخذ فى الاعتبار التباين داخل المجموعات الارتباطات المتبادلة ، المذهب الطبيعى ، دراسة الحالة الفردية ، وحل إشكالية التباين بين المنهجين ، الكمى والكيفى معاً ، فنحن فى حاجة إلى قياسات سيكومترية ودراسات إكلينيكية أو إرشادية ، تستخدم منها طرائق الدراسة العميقة لحالات فردية بعينها .

وتكمن مهارة الباحث فى كيفية اختياره للمنهج الذى يوصله إلى حل مشكلة البحث .

الإجراءات العامة في الإرشاد النفسي : General Procedures in research

بداية .. فإن البحث العلمى هو فن التوصل إلى حل وسط أو تسوية مناسبة دونما إغفال للوحدة العضوية للبحث ومتطلباته ، أى دون تضحية بمعطيات الدراسة ومتطلباتها الأساسية .

ولكى نبلغ إلى تلك الدرجة من الثبات invariable للأدوات المستخدمة فى الإرشاد النفسى ، فإن الأمر يتطلب إخضاعها لأربعة أنواع من الصدق Validity تتمثل فى : الصدق الداخلى ، الصدق الخارجى ، والبنائى والإحصائى .

* **الصدق الداخلى** internal validity

ويتضمن قدرة الباحث على التحكم فى المتغيرات التى لها تأثير على البحث ، ولهذا .. فإن الدراسات المعملية غالباً ما تكون أكثر سهولة ودقة فى هذا المضمار عن الدراسات النفسية والإرشادية .

* **الصدق الخارجى** external validity

ويعكس قدرة البحث إلى الوصول إلى نتائج دراسية يكون لها مدلول فى العالم الخارجى ، ومن هذه الزاوية تكون الدراسة النفسية أعمق أثراً ، ودلالة من الدراسات المعملية .

* **الصدق التكوينى** Construct validity

ويتضمن تأكد الباحث من أن الظاهرة موضوع الدراسة أو العينة المختارة هى بالضبط الظاهرة المطلوبة من خلال البحث ، وأن العينة المقيسة هى ما نريد قياسه بالفعل ، بحيث يحتوى فقرات المقياس على عينة السلوك التى تقيسه .

* **الصدق الإحصائى** Statistical validity

ويحتاج الصدق الإحصائى عناصر محددة ، تتضمن بعضها حجم العينة ، وعدم تجانس أفراد العينة heterogeneity المشاركة .

وقد بينا فى الفصل السابق أن الإرشاد النفسى والعلاج النفسى قد شهدا تطوراً متسارعاً جاء مواكبًا للحرب العالمية الأولى والثانية ، بداية بزوغ عصر جديد ، اقتضت فيه ضرورات الحرب وضرورات السلام تفجراً معرفيًا ، وامتد ليستوعب كافة مناشط الإنسان المعاصر . وقد واكب هذا التغير المعرفى والتكنولوجى تغيراً موازيا فى قيم الناس ومعاييرهم حيث اهتزت الثوابت القيمية ، وأصبح على الإنسان المعاصر عبء مواكبة هذا التغير المتسارع ، الذى يتطلب منظومة قيمية تتفق ومعطيات عصر ما بعد التصنيع .

وتحت وطأة هذه التغيرات الانقلابية فى السلوك وأنماط الحياة ، انتشرت الاختلالات العقلية والاضطرابات النفسية والاستجابات اللاتوافقية إزاء الذات والمجتمع .

وكان لابد وأن يواكب هذه التغيرات الجذرية فى السلوك كتابات نفسية ومدارس علاجية .

وتتحدد الانطلاقة المواكبة للتغيرات فى ثلاثة أجيال :

الجيل الأول : ١٩٥٠ - ١٩٧٠

وقد شهد كتابات روجرز وإيريك وبورتير Porter وغيرهم .

الجيل الثانى : ١٩٦٠ - ١٩٨٠

وقد بدأت الأبحاث فى الجيل الثانى يوجه خاص استجابة لما عرف وخرافة التماثل uniformity myth ، فالتماثل غير قائم فى عالم البشر ، وأن الإنسان كائن فريد ، وأن المرضى ليسوا استثناءً ، ومن ثم فهناك تباين بين الناس فى الاستجابة للعلاج والإرشاد النفسى ، وقد بين ذلك روجرز Rogors بوضوح فى دراساته عن الفروق بين المرضى .

وقد قام (المعهد القومى للصحة النفسية والخاص بعلاج الاكتئاب وتصميم البحوث والبرامج لهذا الغرض (National Institute of Mantal Health) ١٩٩٤ باستخدام أربع طرائق علاجية على عينة قوامها ٢٥٠ مريضًا ، يعانون جميعا من الاكتئاب . وهذه الطرائق العلاجية تتحدد فى : العلاج المعرفى السلوكى Cognitive behavior Therapy ؛ العلاج النفسى بين شخص interpersonal psychothera-py، العلاج الإكلينيكى Clinical ، وأخيراً العلاج الإيهامى Placebo ، وهو علاج لايحتوى على مواد أو عقاقير طبية ، ويستخدم فقط لإيهام المريض بأنه يعالج طبيباً .

وأثبتت النتائج أن العلاج النفسى وفقًا للنمط الأول والثانى كان شديد الفاعلية ، وكانت النتائج مرضية تماماً .

الجيل الثالث : ١٩٧٠ - ١٩٩٠

وقد استفاد هذا التيار من الأجيال الإرشادية السابقة ، ويقيم دعائمه العلاجية على التكامل integration ، الذى لا يتخذ موقفًا جامداً من أى تيار علاجى ؛ بل إن الحالة هى التى تتحدد نوعية الإرشاد والعلاج والانتقاء من بين المدارس الإرشادية والطرائق العلاجية المختلفة ، ولهذا يصف الإرشاديون والمعالجون النفسيون أنفسهم بالانتقائيين eclectic ، ومع هذا فإن مصطلح التكامل هو المصطلح الأكثر استخداماً الآن .. فعلى سبيل المثال كتاب Handbook of Eclectric Psycho therapy (Norcross) الصادر فى عام (١٩٨٦) تغير عنوانه فى الطبعة الثانية ليكون Hand-

book of Psycho therapy Integration ، الأمر نفسه حدث بالنسبة لصحيفة Journal of Integrative and electic Psycho therapy لتصبح Journal of Psycho therapy Integration عام (١٩٩٣) وهذا دليل على تطور الإرشاد والعلاج النفسى ، والأخذ بفكرة التكامل ، وهى فكرة قديمة أطلقها عالم النفس المصرى الشهير الدكتور يوسف مراد ، تحت عنوان علم النفس التكاملى ، الذى برز على نحو غير مسبوق ومرهص فى كتاباته فى الخمسينيات والستينيات من القرن الماضى .

والتكامل فى الإرشاد النفسى يستلزم تكامل ما هو قياس مع ما هو علاجى وما هو إرشادى .

ونسأل ما القياس فى الإرشاد النفسى ؟

وللإجابة عن هذا التساؤل يجيب (كريس باركر وآخرون) موضحاً بداية أهم المتغيرات التى تنطوى عليها دراسات علم النفس الإكلينيكى والإرشاد النفسى ، وتتمثل هذه المتغيرات فى :

١- متغيرات معرفية : وتضم الأفكار والاتجاهات ، والمعتقدات ، التوقعات والتعليلات ، والذاكرة ، والاستدلال ، وغيرها .

٢- متغيرات وجدانية : وتشمل المشاعر ، والانفعالات ، والأمزجة ، والإحساسات البدنية ، وغيرها .

٣- متغيرات سلوكية : مثل التصرفات ، والأداء ، والمهارة ، والكلام ، وغيرها.

٤- متغيرات حيوية : وهى فسيولوجية وتشريحية مثل معدل النبض ، وضغط الدم ، والنشاط المناعى ، وغيرها .

٥- متغيرات اجتماعية : وتشمل مثيرات المشقة الحادة والمزمنة ، والمساندات الاجتماعية ، والنشاطات الاجتماعية ، والعمل ، وغيرها .

وتشكل هذه المتغيرات مضمون البحوث النفسية : فأسئلة البحوث تتم صياغتها فى إطار عديد من هذه المتغيرات ، ولكن يجب تعريف كل متغير منها بوضوح ، ثم ترجمتها إلى واحد أو أكثر من المناهج العملية للقياس .

والقياس وسيلة تترجم المفاهيم والمتغيرات النفسية إلى عبارات مقيسة ، يمكن مشاهدتها وملاحظتها مجسدة فى سلوك الناس ، ويمكن التحقق من ذلك من خلال هذه الأمثلة .

- الخوف المرضى Phobia : ويمكن مشاهدته من خلال رصد سلوك التجنب لدى الفرد ، أو من خلال التقرير الذاتى بالخوف ، أو القياسات الفسيولوجية لاستثارة الجهاز العصبى السيمبثاوى .
- الألم : ويمكن مشاهدته من خلال التقرير الذاتى عن شدة الألم أو ملاحظة التحمل السلوكى للمنبهات المؤلمة ، أو حكم أحد الإكلينيكيين .
- قلق الموت Death anxiety : ويمكن قياسه عن طريقه مقابلة كيفية شبه مقننة ، أو باستخدام الاستخبارات المقننة .

وتُعرف الفكرة المجردة (الخوف المرضى ، والألم ، وقلق الموت) بأنها «تكوين» أو «مفهوم» أو «متغير» ، أما طريقة مشاهدتها فتعرف بأنها «مقياس» «لهذا المفهوم . وترتبط هذه اللغة الاصطلاحية بالمناهج الكمية ، ولكنها يمكن أن تنطبق كذلك على المناهج الكيفية ، وإن كان الباحثون قد يستخدمون فى هذه الحالة مصطلح «ظاهرة» بدلاً من مصطلح «مفهوم أو تكوين» .

وقد يحتاج الأمر وضع تعريف إجرائى operational defintion للمفهوم من أجل تيسير عملية الصياغة الإجرائية ، ويعنى هذا أن يتم تعريف المفهوم بطريقة تمكن من قياسه بسهولة . وتأسيساً على هذا .. فإن مفهوم الاندماج الوجدانى impa-thy مثلا قد يمكن تصوره تصوراً مبدئياً على أنه «النفاذ إلى العالم الإدراكى الخاص بالشخص الآخر والتغلغل فيه ؛ بحيث يصبح وكأنه العالم الخاص بالشخص نفسه» (Rogers, 1975) ولكنه قد يعرف إجرائيًا فى سياق عملية العلاج النفسى بحيث يعكس مدى ملاءمة استجابات المرشد النفسى للمشاعر التى يظهرها العميل ، تلك الاستجابات التى تقود إلى قياسها فيما بعد ، من خلال تقديرات الخبراء للتفاعلات المسجلة صوتياً .

ويعتمد التعريف الإجرائى للمفهوم اعتماداً كليًا على الطريقة التى يتم بها تصوره على المستوى النظرى .

والقياس وسيلة تترجم المفاهيم والمتغيرات النفسية إلى عبارات مقيسة ، يمكن مشاهدتها وملاحظتها فى سلوك الناس ، ويمكن التحقق من ذلك من خلال هذه الأمثلة .

الخوف المرضى Phobia حيث يمكن الاستدلال عليه من خلال سلوك التجنب، والعيش فى كنف عزلة ، أو من خلال الحساسية المفرطة تجاه الآخرين ،

وتجنب الاندماج فى المجتمع ، والخوف من نظرة الآخرين ، والخوف من التقييم السلبى وتوقع القلق .

ويمكن الاستدلال عليه أيضا من خلال المصاحبات الفسيولوجية ، التى تظهر نتيجة لاستثارة الجهاز العصبى اللاإرادى (السيمبتاوى)

القلق Anxiety : ويمكن الاستدلال عليه من خلال سلوك يتصف بالخوف من المجهول ، وتوقع الشر ، والإحساس المفرط بالذنب ، ويمكن أيضا معرفة عوارض القلق من خلال المقابلة الكلينيكية ، فمن خلالها يمكن دراسة الشخصية دراسة عميقة ومطوقة، تشمل كافة جوانبها وما تنطوى عليه من صراعات نفسية وما تكابده من معاناة، وما تعيشه من دفاعات نفسية ، ومشاعر قلق أو إثم أو اكتئاب وما إلى ذلك .

ويمكن تعريف المنهج الكمى . بأنه ذلك المنهج الذى يستخدم الأرقام كرموز يمكن من خلالها معرفة الظاهرة موضع البحث .

وتتميز المناهج الكمية بعدد من الخصائص، لعل من أهمها :

* أن الرقم فى حد ذاته يفضى إلى دقة القياس .
* ثمة أساليب إحصائية متنوعة ، تساعد على اختزال البيانات ووضوحها الأمر الذى يؤدى إلى فهم الظاهرة أو السلوك المراد دراسته ، ودون استخدام المناهج الكمية يستحيل أن ينمو العلم ، فحاجة المصريين القدماء هى التى أدت إلى المحافظة على أبعاد حقولهم بعد فيضان النيل هى التى أدت إلى نشأة الهندسة ؛ فعندما تقاس أبعاد الحقول وترسم لها خرائط مساحية ، يمكن إعادة تحديدها بعد أن تنحصر مياه الفيضان عنها. ومع هذا فلم يصبح المنهج الكمى متمماً للعلم إلا فى أواخر عصر البخار ، وفى القرن السابع عشر استخدمت قوانين الحركة لنيوتن معادلات رياضية مكنت العلماء من التنبؤ بقانون الجاذبية ودوران الكواكب فى أفلاكها .

ويرى (باركر وآخرون ، ٢٠٠٢) أن نشأة المناهج الكمية قد ارتبطت بظهور الرأسمالية ، ويذهب يونج Young (١٩٧٩) إلى أن اختزال كل شىء إلى أرقام هو أحد مظاهر العقلية المحاسبية ، وقد قال ديكنز Dickens اتهامات كثيرة لهذه العقلية المحاسبية فى روايته «شظف العيش» ؛ حيث صور بشكل واضح ضياع الطبيعة الإنسانية من جراء إرجاع كل الصفقات إلى عبارات كمية .

والرقم فى حد ذاته لا يعنى شيئا بغير إخضاعه للتأويل العقلى أو النفسى أو الهندسى ؛ وفقاً لموضوع المنهج الكمى واستخداماته .

نوع المقياس :

تنقسم إلى قسمين أساسيين ، من حيث الاستخدام ، فثمة مقاييس تصمم لتطبق على مجموعات كبيرة من الأفراد، كمقاييس الاتجاهات ومقاييس الرأى العام وما إلى ذلك ، وهناك مقاييس تطبق على حالات فردية صغيرة . وسواء كانت المقاييس تطبق على مجموعات كبيرة أو على حالات فردية مثل الاختبارات التصديقية للشخصية أو الاختبارات الإكلينيكية .. فإن إعداد المقاييس ينبغى أن يتوافر فيه شرطان أساسيان، هما الصدق والثبات :

أولاً : الصدق Validity

ثمة تعريف تقليدى للصدق ، يفصل على أن المقياس «يكون صادقاً إذا كان قادراً على قياس ما وضع لقياسه» بمعنى أن مقياس القلق لابد وأن يقيس القلق بالفعل، ولا يقيس شيئا آخر غير القلق .

والصدق ليس أمراً مطلقا ، إنما هو نسبى ، ومن ثم فإن الصدق يعنى – كما يقول ثورنديك وهاجان – تقدير لمعرفة ما إذا كان الاختبار «يقيس ما نريد أن نقيسه به ، ولا شىء غير ما نريد أن نقيسه به» (صفوت فرج ، ١٩٨٩ ، ص ٢٥٤) وتتعدد أساليب حساب تقدير الصدق تبعا لذلك التعريف العام ، وتتمثل بعض طرائق دراسة الصدق فى :

١ – صدق المحتوى Content validity

ويعنى أن محتوى المقياس ؛ أى البنود التى يتكون منها تتطابق فى معناها مع مختلف جوانب المفهوم الذى حدد فى التعريف ؛ فمثلا إذا أردنا أن نقيس الخوف المرضى ، فلابد وأن تكون العبارات معبرة عن معانى الخوف المرضى ، من حيث التجنب والانسحاب والالتصاق بالذات ، وما يصاحب ذلك من أعراض مرضية .

ويطلق على صدق المحتوى أحيانا الصدق المنطقى أو صدق المضمون أو الصدق وفقا للتعريف .

٢ – الصدق الظاهرى Face validity

ويقوم هذا النوع من الصدق على فكرة مدى مناسبة الاختبار لما يقيس ، ولمن يطبق عليهم . ويبدو هذا الصدق فى وضوح البنود ومدى علاقتها بموضوع القياس ،

فهل البنود تبدو مناسبة فى ظاهرها ، وبنود القلق لابد وأن تعبر عن الخوف من المجهول والإحساس بالتشاؤم والذنب .

٣- الصدق العاملى Factorial Validity

ويعتمد هذا النوع من الصدق على منهج التحليل العاملى ، من خلال تحليل مصفوفة معاملات الارتباط بين الاختيارات والمحكات المختلفة للوصول إلى العوامل التى أدت إلى إيجاد هذه العوامل ؛ بمعنى آخر هو أسلوب إحصائى يهدف إلى رد الكثرة من المتغيرات إلى أقل عدد منها ، وأيضا للتحقق من الصدق التكوينى أو البنائى للأداة .

تلك بعض نماذج من طرائق صدق المقاييس :

ثانيا : الثبات Relibility

يعد الثبات من المفاهيم الجوهرية فى القياس النفسى ، شأنه فى ذلك شأن الصدق . وثمة معنى راسخ ، يبلغ حد القول المأثور فى الثبات والصدق ، يفيد بأن من كان صادقاً فهو ثابت ، ولكن ليس بالضرورة كل ثابت صادق ، فالمقياس حينما يكون قد صمم لقياس ما صمم من أجله يكون ثابتاً ؛ أى قادراً على التعبير عن الأداء المراد ، وعندئذ يكون المقياس ثابتاً أى متسقا فى تعبيره عن الوظيفة أو القدرة المراد قياسها ، اتساقا زمنياً . ورغم هذا فإن الثبات كمفهوم أشمل من الصدق ، ولهذا فإن ثبات المقياس يتحقق عندما يعطى النتائج نفسها إذا أعيد تطبيقه على المجموعة نفسها؛ ويعنى أيضا دلالة الاختبار على الآداء الحقيقى للفرد ، والأداء الحقيقى ه جزء من الأداء العام أو الكلى الذى يعبر عنه بالدرجة الكلية .

والمقاييس فى جملتها نسبية غير مطلقة ، وهذا سر تطور المقاييس ، ولولا ذلك ما تقدمت الوسائل التى تستخدم فى مقياس وتقدير الظواهر ، ومعنى هذا أن الدرجة المستخلصة من أى مقياس لا تعبر تماماً عن الأداء الحقيقى أو التباين الحقيقى true variance ، ومن ثم فهى تنطوى على ما يمكن أن يطلق عليه تباين الخطأ Error ، وعلى هذا يكون التباين الكلى مساوياً للتباين الحقيقى + تباين الخطأ .

$$\text{وأن معامل التباين} = \frac{\text{التباين الحقيقى}}{\text{التباين العام}}$$

ومن هنا فإن عدم ثبات المقياس هو مقدار الخطأ فى القياس ، ويشير رياضيًا إلى نسبة تباين الخطأ فى الدرجة الكلية .

أنواع الثبات :

(١) ثبات إعادة الاختبار Test retest

حيث يتم إجراء الاختبار فى مرتين منفصلتين على المجموعة نفسها وبفاصل زمنى يتراوح ما بين أسبوع إلى شهر ، ويقدر حساب الثبات من خلال معامل الارتباط الناتج عن التطبيقين

(٢) ثبات الصور المتكافئة equivalent forms reliability

وهو بمثابة امتداد لثبات إعادة الاختبار ، فبدلاً من إعادة التطبيق يتم استخدام اختبارات بديلة مطابقة للاختبار نفسه إلى حد كبير ، ومعامل الثبات هو الارتباط بين الدرجات على الاختبارين المطبقين .

(٣) ثبات التجزئة النصفية Split - half reliability

ويعتمد على طريقة تجزئة الاختبار إلى نصفين متكافئين ، بعد تطبيقه على مجموعة واحدة .وهناك عدة طرق لتجزئة الاختبار ، فقد تستخدم الأرقام الفردية فى مقابل الأرقام الزوجية ، أو نصف الاختبار الأول فى مقابل نصفه الثانى .

(٤) الاتساق الداخلى internal Consistency

ويتم حسابه عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة ، ومجموع درجات مفردات المقياس ككل ، وهو يكافئ رياضيًا الوسط الحسابى لكل معاملات ثبات القسمة النصفية الممكنة .

ويستخدم الاتساق الداخلى مع المقياس الذى يتألف من بنود متطابقة ، وهو طريقة لتقدير الثبات من تباينات كافة البنود وتغايرها مع بعضها .

وثمة طرائق أخرى لحساب الثبات ، لعل من أهمها : طريقة الفا لكرونباخ وجوتمان .

تلك بعض جوانب القياس النفسى ، وما يتضمنه من طرائق ووسائل تحقق سيكومترى يتمثل بعضها فى الصدق والثبات ، ورغم أن المنهج الكمى يلتزم بالرقم ، والرقم فى حد ذاته مفهوم مجرد ودقيق إلا أن الأرقام لا تعنى شيئا إلا بخضوعها

لسلطان المعنى والتأويل ، والتأويل يعكس دوماً منطلقات الباحث وتحيزاته ، وهذا أمر يصعب تمييزه وعزله عن البيانات المستخلصة .

ومن هنا .. فإن الاقتصار على المناهج الكمية لا يفضى وحده إلى دقة العلم ووضوح النتائج ؛ الأمر الذى يستوجب التعدد فى المناهج ، أو من الممكن الجمع بين المناهج الكيفية كما تتحقق فى المنهج الكلينيكى والمناهج الكمية ، وكما تتحقق فى المنهج التجريبى والسيكومترى ، والجمع بينهما يحقق قيمة علمية ؛ ذلك أن المنهج الكيفى يتيح لنا فرصة فهم الظاهرة فى كليتها وعموميتها ، أما المنهج الكينيكى فيتيح فهماً أعمق للحالات الطرفية التى يقوم بدراستها دراسة عميقة ومطوقة ، باعتباره كلا لا يتجزأ ، ينطوى على صراعات وله تطلعات وتكتنف حياته دفاعات ، وتؤثر على حاضره ومستقبله مراحل عمرية سابقة ، ويندفع فى الحياة بطاقاته وإمكاناته صوب المستقبل أو مرتداً إلى الانغماس فى ذاته والالتصاق بها .

وفيما يلى نموذج قياسى فى معنى اضطراب القلق الاجتماعى .

نموذج قياسى عن اضطراب القلق الاجتماعى

يحتل اضطراب القلق الاجتماعى موقعاً فى تصنيف الأمم المتحدة المعروف «بالتصنيف الدولى العاشر للاضطرابات النفسية والسلوكية» (ICD- 10) الذى أصدرته منظمة الصحة العالمية (WHO)فى عام ١٩٩٢ ؛ حيث يضع القلق الاجتماعى ضمن فئة «اضطرابات القلق الرهابى» "Phobic anxiety disorders" (ص ص ١٣٤ – ١٣٧) ، مستخدماً مفهوم «الرهاب الاجتماعى» "Social pho- bia" ، الذى يتحدد فى هذه الوثيقة الدولية بأنه «اضطراب يبدأ غالباً فى مرحلة المراهقة ، ويتمركز حوف الخوف من نظرة الآخرين Fear of scrutiny ويؤدى إلى تجنب المواقف الاجتماعية . ويبدو الرهاب الاجتماعى فى أعراض نفسية أو سلوكية أو فسيولوجية ، وتظهر فى مواقف اجتماعية معينة ؛ حيث يعتبر الإحجام عن المواقف الرهابية Phobic situation من أبرز معالم الرهاب الاجتماعى ، الذى يبلغ فى الحالات الشديدة إلى العزلة الاجتماعية الكاملة ، وعادة ما يرتبط الرهاب الاجتماعى بانخفاض مستوى تقدير الذات وبالخوف من النقد . (ص ص ١٣٦ – ١٣٧) .

وفى محاولة لرسم صورة كلينيكية لاضطرابات القلق ، يؤكد نيل فرود Neil Frude (١٩٩٨) «أن كل اضطرابات القلق يمكن وصفها بأنها قلق مفرط فى حدته ، وسلوك دائم التجنب» (ص ٣٣) . وللتدليل عما افترضه من تعريف ، يحدد نيل فرود سبعة أنواع من اضطرابات القلق ، تتمثل فى :

١- الرهاب البسيط Simple Phobia

وهى عبارة عن خوف مباغت وغير معقول irrational لموضوعات أو مواقف معينة (فوبيا الحيوانات ، الحشرات ، الثدييات) ، مخاوف مرضية موقفية (الخوف من الأماكن المفتوحة ، الأماكن المغلقة والعواصف الرعدية) فوبيا المرض (الخوف من المرض ، السرطان ، الإيدز وما إلى ذلك) .

٢- الرهاب الاجتماعي Social phobia

خوف دائم من مواقف اجتماعية ، تشتد حدته ويستثار نتيجة لبعض المواقف الاجتماعية .

٣- رهاب الأماكن العامة agoraphobia(*)

الخوف من الأماكن العامة ؛ وخاصة تلك التى تمثل ارتباكاً وصعوبة لصاحب هذه الفوبيا ، مثل المحلات العامة ومحطات النقل العام وما إلى ذلك .

٤- قلق الهلع Panic anxiety

ويمكن تعريفه بأنه نوبات متكررة من الهلع والرعب Terror

(*) تترجم كلمة agoraphobia فى كثير من المراجع إلى الخوف من الأماكن المفتوحة أو الخلاء open spaces فى حين أن الأصل فى الكلمة ، يرجع إلى الكلمة اللاتينية "agora" وتعنى كما يقول «شيهان» مكان السوق أو التجمع .

ويرى نيل فرود (١٩٩٨) أن كلمة أجورافوبيا تعنى الخوف من أماكن السوق "Fear of supermarket place"

وعلى المنحى نفسه يؤكد Bootzin وآخرون (١٩٩٣) إن الكلمة تعنى الخوف من مكان السوق، وفى الواقع فإن الكلمة تعنى الخوف من مغادرة المنزل (ص ١٦٠) .

ومن هذه التعريفات فإن الأجورافوبيا تعنى الخوف من الأماكن العامة كالأماكن المزدحمة أو أماكن التجمع أو محطات المواصلات العامة أو الشوارع المزدحمة .

ومن الممكن دمج الرهاب الاجتماعى مع الرهاب من الأماكن العامة فى خوف واحد ، هو التجنب الرهابى المفرط extensive phobia avoidance .

٥- اضطراب القلق المعمم Generalized anxiety disorder

وتتمثل فى مشاعر قلق وإحساس بالهم المستمر وتوقع حدوث أشياء سيئة وخوف من المجهول غير مرتبط بمشكلات أو مواقف معينة .

٦- اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة Post traumatic stress disorder

أو اضطراب الضغوط التالية للصدمة : وهو حالة من الخوف العارم تصاحبه أعراض فسيولوجية ونوبات هلع ورعب ، ترتبط بموقف صدمى .

٧- اضطراب الوسواس - القهري Obsessive - compulsive disorder

وهو عبارة عن تسلط أفكار أو نزعات متكررة غير مرغوب فيها ، وعادة ما تكون جنسية أو عدوانية ، أو متعلقة بدوافع يصعب التحكم فيها . (ص ص ٣٤ - ٣٥) .

ويصاحب هذه الأنواع من اضطراب القلق جوانب انفعالية ومعرفية وسلوكية تتمثل فى :

أولاً : جوانب انفعالية Emotional aspects

وتظهر فى عوارض يتمثل بعضها فى : الإحساس بالانهيار ، سرعة الاستثارة والتهيج ، والإحساس بالهم الدائم وعدم الراحة .

ثانياً : جوانب فسيولوجية Physiological aspects

ويتمثل بعضها فى سرعة خفقان القلب palpitation ، صعوبة التنفس ، آلام الصدر ، جفاف الفم ، التبول المتكرر، الارتعاش والإحساس بالدوخة والغثيان والأرق والصداع وما إلى ذلك .

ثالثاً : جوانب معرفية Cognitive aspects

ويتمثل بعضها فى اضطراب الفكر وعدم القدرة على التركيز واختلال الأنية depersonalization ، فالعالم يبدو وكأنه عالم غير حقيقى ، أو الشعور بأن العالم شىء مغاير ولا يمكن الإمساك به .

رابعاً : جوانب سلوكية Behavioral aspects

تتمثل فى التوتر العضلى ، الشعور بالتعاسة والهم والقلق .. ومن شأن ذلك التأثير على مهارات الإدراك الحركى perceptual motor skills ، وتزداد حدة هذه

الأعراض مع اضطراب الضغوط التالية للصدمة ، والمخاوف المرضية من الأماكن العامة .

خامساً : جوانب اجتماعية Social aspects

يتمثل بعضها فى تجنب التواصل مع الآخرين على نحو ، يدمر فيه علاقات قائمة بالفعل بالآخرين ؛ الأمر الذى يفضى إلى العزلة المطبقة والاكتئاب .

وهذه الأنواع السبعة من اضطرابات القلق تكاد تكون مطابقة أو مستمدة مع ما انتهى إليه الدليل الطبى النفسي الأمريكى لتشخيص الاضطرابات النفسية والعقلية (١٩٨٧) ، الذى يعرف القلق بأنه حالة مرضية تتصف بالشعور بالرعب أو الهلع ، تصاحبها أعراض عضوية ، تشير إلى النشاط العصبى اللاإرادى .

ويحدد التقرير خمسة أنواع من القلق :

(١) قلق الهلع Panic anxiety

يظهر بوصفه إحساسا بالرعب أو الفزع من موضوعات محددة ، كما فى حالة المخاوف المرضية (الخوف من الأماكن المفتوحة ، الخوف من الزحام) .

(٢) القلق العام Generalized anxiety

ويعتبر الشخص مصاباً بالقلق ، إذا عانى من ستة أعراض أو أكثر من هذه الأعراض ، مرة كل شهر وعلى نحو دورى :

أ – التوتر الحركى Motor tension : الرعشة ، التنميل ، الشعور بالاهتزاز ، التوتر العضلى ، عدم الارتياح ، القابلية للتعب .

ب– زيادة النشاط الاستشارى للجهاز العصبى اللاإرادى automatic hyper-activity وتتمثل فى صعوبة التنفس ، برودة الأطراف ، جفاف الحلق والفم ، الإسهال المتكرر ، الغثيان ، الإحمرار خجلا ، التبول المتكرر.

جـ– الحرص والتيقظ vigilance & seanning حيث صعوبة التركيز والأرق واضطرابات النوم وسرعة التهيج .

(٣) الرهاب Phobias

ويحدد التقرير ثلاثة أنواع من (رهاب الأماكن العامة وهى agoraphobia (الخوف من الأماكن العامة) ، و social phobia (الرهاب الاجتماعى) مثل الخوف من مواقف يجد فيها الشخص أو يتصور أنه أصبح محاصراً بنظرة scrutiny

الآخرين، وهذا الاضطراب غالبا ما يبدأ فى الطفولة المتأخرة أو المراهقة ، وعادة ما يكون مزمنا ، والرهاب البسط simple phobia (الخوف من الأماكن العالية aero-phobia والخوف من الأماكن المغلقة claustrophobia ، الخوف الأحادى البعد كالخواف من الكلاب ، الثعابين ، الحشرات .... إلخ .

(٤) اضطراب الوسواس - القهرى :

وينقسم إلى وساوس obsessions وأفعال قهرية compulsive .

(٥) اضطرابات ضغوط ما بعد الصدمة :

وهى نتاج موقف صدمى ، من شأنه أن يولد أعراض القلق على النحو السابق الإشارة إليه .

وتتناول «الرابطة الأمريكية للطب النفسى» فى الدليل التشخيصى والإحصائى الرابع للاضطرابات النفسية "DSM-IV, 1994" الرهاب الاجتماعى (كمرادف لاضطراب القلق الاجتماعى (Social phobia (Social anxiety disorder (ص ٤١١) .

وتحدد هذه الوثيقة عدداً من المظاهر أو المكونات ، التى يمكن على أساسها تعرف بالرهاب الاجتماعى ، أو القلق الاجتماعى ، وتشخيصه كلينيكيا ، وتشمل هذه المظاهر أو المكونات : التعرض لمواقف اجتماعية باعثة فى الغالب على القلق ، وتستثير حالة أو نوبة هلع Panic attack ، يستشعرها الفرد بأنها زائدة أو مفرطة أو غير معقولة ، ومن ثم ينزع إلى الإحجام عن هذه المواقف الاجتماعية أو مواقف الأداء performance situations الباعثة على الخوف أو إلى أن يتحملها بمعاناة وتأزم أو بقلق كثيف .

وهذه الاستجابات المتمثلة فى التجنب أو الإحجام avoidance أو التوقع القلق anxious anticipation أو الضيق والتكدر distress فى الموقف الاجتماعى أو موقف الأداء ، تؤثر سلبًا بشكل جوهرى فى أنشطة الفرد العادية الروتينية ، أو فى أدائه لوظائفه الدراسية أو المهنية ، أو فى ممارسته أنشطته الاجتماعية ، وعلاقاته مع الآخرين أو أن هذه الاستجابات الرهابية تكون مرتبطة لدى الفرد بضيق وتكدر ملحوظين ، إزاء ما يشكو منه من وجود لهذا الرهاب (ص ٤١٧) .

ولعل من أهم الدراسات التى تناولت موضوع اضطرابات القلق ، دراسات شيهان Sheehan (١٩٨٢) الذى يوضح أن اضطرابات القلق تسير وفق أنواع قلق

تتفاعل بعضها البعض فى منظومة مرضية تتمثل فى قلق مباغت ، وغير متوقع un-expected تصاحبها تغيرات فسيولوجية فى هيئة نوبات attacks ، ويتمثل بعضها فى صعوبة التنفس ، سرعة خفقان القلب ، آلام الصدر والضغط والإحساس بالخدر والتنميل ، الإسهال ، فقدان التوازن imbalance ، وأن الأرض تميد تحت قدميه (الأرجل الرخوة Jelly legs) .... إلخ .

هذه التغيرات المصاحبة لقلق الهلع ، وهيمنة الأفكار والتسلطية والأفعال القهرية obsessions and compulsions thinking ، تفضى إلى تهيؤات مرضية hypo-chondria ، وهذه التهيؤات المرضية تفضى إلى مخاوف محدودة limited ، قد ترتبط بمكان أو بأناس معينيين ، وهذه المخاوف تؤدى إلى تجنب الأسباب والأماكن التى تحدث فيها وبسببها النوبة ،ومن ثم تفضى هذه المخاوف المحدودة إلى رهاب اجتماعى social phobia تبلغ ذروتها فى المخاوف المرضية من الأماكن العامة (أجورافوبيا) ، ومن شأن هذا أن يفضى إلى العزلة والاكتئاب والخوف المفرط من الآخرين ، وتجنب الأماكن العامة وأماكن البيع والشراء والعمل .

ويرى ضرورة دمج الرهاب الاجتماعى والرهاب من الأماكن العامة فى رهاب اجتماعى واحد ، تزداد حدته بزيادة حلقات التجنب من الآخرين ، ومن الأماكن العامة والأماكن المزدحمة ، ومن الحديث أمام مجموعة ومن الخوف من نظرة الآخرين .

ونتيجة لذلك تصبح الأماكن العامة والمواقف الاجتماعية مصدراً للتهديد الداخلى (كما يقول بارلو Barlow ، ١٩٨٨) ؛ الأمر الذى يفضى إلى تجنب هذه المواقف الاجتماعية على نحو يؤدى تعميم هذا التجنب .

ويعتبر بعض الباحثين أن من أكثر الأنماط المميزة للرهاب الاجتماعى ما يعرف بـ «رهبة المسرح» stage fright ، وتعنى فى الأساس الخوف المرضى من الحضور أو الحديث أمام الآخرين ، والتفاعل معهم ، كما يرمز المسرح إليه ، ويلاحظ هنا أن الخوف من التقييم السالب Fear of negative evaluation يمثل مكونا رئيسيا للرهاب أو القلق الاجتماعى ، بل ويعتبره معطلا أو معوقا لفاعلية العلاج بعيد المدى للرهاب أو القلق الاجتماعى (Mattiek, Peters, Clarke, 1989) .

ولذا يذهب واطسون وفريند (١٩٦٩) Watson & Friend إلى أن جوهر القلق الاجتماعى أو الرهاب الاجتماعى هو المواقف التى يدرك فيها الفرد ذاته على أنه

موضع تقييم الآخرين أو نقدهم أو تفحصهم له ، وهو ما يسمونه بمصطلح «القلق التقييمى الاجتماعى Social evaluative anxiety

ويرى Bruch (١٩٨٩) أن الفوبيا الاجتماعية ترجع إلى مرحلة الطفولة ، وأن البالغين الذين يعانون من الرهاب الاجتماعى يتسمون بالخجل ، وهم هيابون -self conscious ، ويعتبرون الآخرين مصدر تهديد ونقد شديدين .

وقد ترجع أسباب الفوبيا الاجتماعية إلى تاريخ طفولى ، يتسم بنزعة نقدية لدى الوالدين ، أو أن الطفل قد عانى النبذ والإهمال أثناء الطفولة ، أو أن آباءهم لديهم حساسية نفسية لأى نقد يوجه إليهم ، ولهذا كما يؤكد بريتش (١٩٨٩) فإن الحساسية الزائدة أو فرط الشعور بالذات self - consciousness ، والنقد الذاتى -self - criti cism من شأنهما أن يولدا الرهاب الاجتماعى .

وهذا راجع إلى أن فرط الشعور بالذات أو الحساسية الذاتية من شأنه أن يجعل المرء ملتصقًا التصاقًا شديداً بذاته ، متشرنقًا فى داخلها ، لائذاً بنفسه لا يشعر بالارتياح فى حضرة الآخرين .

ولهذا يعرف ديفيد دريفر Drever (١٩٦٨) فى معجمه النفسى -self - con sciousness «بأنه الوعى بوجود المرء ذاته ، بتفكيره وأفعاله وما ينطوى عليه ذلك من حرج وضيق» (٢٦٢) .

ويعرفه Chaplin(١٩٦٨) «بأنه حساسية زائدة إزاد سلوك الفرد» (ص ٤٤٤) .

ويعرفه ريزو وآخر ، (١٩٩٩) بأنه الخجل «حيث تؤدى الحساسية حيال ردود أفعال الآخرين إلى شعور بالخجل بصورة غير مناسبة» (٢٣٨) .

وفى كتابه الخجل shyness ، ما الخجل ؟ وكيف يمكن التغلب عليه ؟ يبين زيمباردو Zembardo (١٩٧٧) أن الخجل رهاب اجتماعى يدخل ضمن زملة المخاوف الاجتماعية ، وأن الشخص الخجول يعيش فى عزلة وخوف من الآخرين ، حيث يسيطر عليه إحساس بالدونية ، وكف للقدرة التعبيرية عن نفسه وعن مشاعره ، لا يثق فى نفسه .

ولعل من أهم مظاهر اضطراب القلق الاجتماعى ، الخوف من التقويم السالب Fear of negative evaluation ، حيث كشفت دراسات كل من دين بوير Den Boer ، (١٩٩٩) ؛ بروك (١٩٩٩) ، وغيرهم أن الخوف من التقويم السلبى أحد الأسباب الجوهرية التى تكمن وراء الفوبيا الاجتماعية ، وأن الأفراد الذين يتسمون

بهذه الخشية dread حساسون وملتصقون بذواتهم ، ويعيشون نهبًا لمشاعر الإثم ، ويخشون الآخر الذى يبدو لهم وكأنه مراقب ومحاصر لهم بنظراته على نحو يجمد حركاتهم ويشل فاعلياتهم ويقعدهم عن الحركة ، وعن مغادرة المنزل خشية نوبات هلع ، مصحوبة بتغيرات فسيولوجية حادة .

وتأسيسا على ما سبق ، يمكن استخلاص ما يلي :

إن القلق الاجتماعى أو الرهاب الاجتماعى خوف مرضى مبالغ فيه وغير معقول ، يتصف بأنه مباغت ، هائم ، طليق ، تصاحبه تغيرات فسيولوجية تشير إلى النشاط الزائد للجهاز العصبى اللاإرادى .

إن الرهاب الاجتماعى نوع من أنواع اضطراب القلق ، أو الفوبيا بمعناها الفسيح، وأنها تمثل النواة فى عصاب القلق ، بما تنطوى عليه من قلق يبلغ حد الهلع . ومن تغيرات فسيولوجية ، ومن تجنب للآخر وخشية منه تبلغ حد الفزع ، وهروب من التقاء العين بالعين ، والنظرة بالنظرة فالآخر هو الرقيب ، وهو المحاصر بنظراته ، المجمد لحركاته ، المقعد لإمكاناته .

ويفضى الرهاب الاجتماعى إلى الأجورافوبيا التى تمثل ذروة المخاوف المرضية .. فالخوف من الآخر تتسع دائرته ، وحلقاته ، فيتحول إلى مخاوف مرضية من الأماكن العامة والمحال التجارية ، والمواصلات العامة والطريق العام ، وأماكن السوق وما إلى ذلك .

ولهذا يمكن اعتبار الرهاب الاجتماعى والأجورافوبيا خوفاً واحداً ، فكلما زادت المخاوف المرضية من نوبات قلق غير متوقع ، زاد عدد المواقف التى تؤدى إلى توقع القلق وم نثم يتم تجنبها أى زن الخوف يفضى إلى مزيد من الخوف .

ولعل من أهم مكونات الرهاب الاجتماعى : الحساسية المفرطة ، والخوف من التقويم السلبى وخشية الآخرين ، وتوقع القلق ورهاب الوحدة auto phobiaوتجنب المواقف المفضية إلى القلق ، إضافة إلى تلك التغيرات الفسيولوجية المصاحبة للقلق .

ويفترض بعض العلماء أن للفوبيا أسباباً جينية ، فها هو شيهان (١٩٨٨) يرى أن ثمة تفاعلاً بين قوى ثلاثة من شأنها أن تحدث اضطرابات القلق هى القوة البيولوجية ، والقوة النفسية التشرطية Psychological conditioning وقوة الضغوط Stress ، ويؤكد أن ثمة اضطرابات بيولوجية أو لعله اضطراب بيوكيمائى يسبب هذا المرض .

ويرى بارلو (١٩٨٨) أن الفوبيا الاجتماعية ترتبط بعوامل جينية ، ويستدل على ذلك بأن المصابين بالفوبيا الاجتماعية يسجلون درجات عالية على مقياس العصابية وسمة القلق .

ويؤكد اندروز Androws وآخرون (١٩٩٠) أن ثمة أسباباً جينية تلعب دوراً جوهرياً فى تحديد أسباب الرهاب aetiology .

الإجراءات السيكومترية لتصميم مقياس عن المخاوف المرضية الاجتماعية

أولاً : يتم الاطلاع على عدد من المقاييس التالية :

١- مقياس الخوف من التقييم الاجتماعى Fear of negative evaluation إعداد واطسون وفريند Watson & Fiend (١٩٨٧) .

٢- مقياس الحساسية الزائدة Self Consciousness Scale ، إعداد ميكل سكير Michael Scheier ، تشارلز كارفير Charles Carver (١٩٨٧) .

٣- مقياس التقدير الذاتى للقلق Self Rating Anxiety Seate ، إعداد وليام زينج William Zung (١٩٨٧) .

وقد قمنا بترجمة المقاييس الثلاثة وإخضاعها للتحليل العاملى ، الذى أسفر عن مقياس واحد ينطوى على أربعة عوامل .

ويمثل كل مقياس من هذه المقاييس جانبًا من جوانب اضطراب القلق الاجتماعى أو الرهاب الاجتماعى ، وقد تم جمع هذه المقاييس الثلاثة – بعد إخضاعها للإجراءات السيكومترية – فى بطارية واحدة ، وهى بطارية اضطرابات القلق الاجتماعى .

وفيما يلى عرض لهذه الإجراءات .

أولاً : ترجمة هذه المقاييس إلى اللغة العربية.

ثانياً : عرض المقاييس فى صورتها العربية على عدد من المحكمين المتخصصين فى الصحة النفسية ؛ حيث طلب منهم الحكم على سلامة المفردات والمقاييس لقياس ما صممت من أجله .

ثالثاً : أجريت خطوات التحقق من الشروط السيكومترية ، واستخدمت الوسائل الإحصائية التالية ، وتتمثل فى :

* التحليل العاملى .
* طريقة ألفا لكرونباخ .
* طريقة إعادة الاختبار .

رابعاً : قام الباحث بدمج العوامل المستخلص من المقاييس الثلاثة ، وما انطوت عليه من مفردات ، فى مقياس واحد ، أخضع للتحليل العاملى ، بالإجراءات السيكومترية نفسها السالفة الذكر .

وفيما يلى عرض لهذه المقاييس وخطوات التحقق السيكومترى من صلاحيتها:

أولاً: مقياس الخوف من التقويم السالب ، إعداد ديفيد واطسون ورونالد فريند (١٩٦٩ - ١٩٨٧)

ويتكون المقياس من ٣٠ عبارة ، صممت لقياس أحد الجوانب الرئيسية للقلق الاجتماعى ، الذى يتمثل فى الخوف من التقويم السالب .

وقد أجرى الباحثان إجراءات تقنين المقياس على عينة قوامها ٢٩٧ طالباً جامعيا ، وقد بلغ معامل الثبات بحساب التماسك الداخلى ٠,٧٢ وبلغ معامل الثبات عن طريق إعادة الإجراء (٠,٧٨) أما الصدق ، فقد استخدم الباحثان الصدق التلازمى بين مقياسهما وعدد من المقاييس (وجهة الضبط والاعتمادية ، والاستعراضية exhibitionism ، والتقليل من شأن الذات abasement) ، وكان الارتباط دالا ؛ حيث بلغ ٠,٩٦ فى بعض المقاييس .

وقد قام الباحث الحالى بالخطوات التالية لإعداد المقياس على البيئة المصرية:

(١) **صدق المقياس** : تم حساب صدق المقياس عن طريق :

أ – التجانس الداخلى : تم حساب التجانس الداخلى لمفردات المقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة ، ومجموع درجات مفردات المقياس ككل .

ب– الصدق العاملى : استخدم الباحث طريقة المكونات ، وطريقة Vari-max لتدوير العوامل ، التى لا يقل تشبعها عن ٠,٣ وفقا لمحك Kai-ser .

(٢) ثبات المقياس : استخدم الباحث طريقتين لحساب معامل ثبات المقياس:

أ – طريقة إعادة الإجراء على عينة قوامها ١٠٠ طالب بفاصل زمنى قدره أسبوعين ، وكان معامل الارتباط (٠,٧٨) بين الإجرائين دالا عند مستوى ٠,٠١ .

ب– أما معامل ألفا لكرونباخ (ن = ٤١٩) ، فقد بلغ ٠,٧١ .

ثانياً : مقياس التقدير الذاتى للقلق : Zung (١٩٨٧)

يهدف هذا المقياس إلى تقدير القلق وقياس أعراضه بوصفه اضطراباً كلينيكياً .

ويتكون المقياس من ٢٠ عبارة ، تحتوى على معظم الخصائص الشائعة لاضطرابات القلق (٥ عبارات لقياس ما هو انفعالى ، ١٥ عبارة لقياس الأعراض الجسدية.) ، وقد تمت إجراءات تقنين المقياس على عينة قوامها ٢٢٥ طالبا ، وكان الثبات والصدق دالين على ثبات وصدق الأداة .

وقد قام الباحث الحالى بالإجراءات التالية ؛ للتحقق من صلاحية المقياس على البيئة المصرية .

(١) صدق المقياس : تم حساب الصدق عن طريق :

أ – التجانس الداخلى : تم حساب التجانس الداخلى لمفردات المقياس عن طريق حساب معامل الارتباط ، بين درجة كل مفردة ومجموع درجات مفردات المقياس ككل .

ب– الصدق العاملى : أسفر التحليل العاملى عن عاملين المقياس على هذين العاملين .

(٢) ثبات المقياس : تم حسب ثبات المقياس عن طريق :

أ – إعادة الإجراء بفاصل زمنى قدره أسبوعين على عينة قوامها ١٠٠ طالب ، وكان معامل الارتباط دالاً عند مستوى ٠,٠١ حيث بلغت قيمته ٠,٨٢ .

ب– أما معامل ألفا لكرونباخ (ن – ٤١٩ طالباً) فقد بلغ ٠,٧١ .

ثالثاً : مقياس الحساسية الذاتية : إعداد Scheier (١٩٨٧)

يتكون المقياس من ٢٢ عبارة لقياس الحساسية الذاتية فى المواقف الخاصة والعامة ؛ حيث تشير الحساسية الذاتية العامة إلى الميل إلى التفكير فى الجوانب الذاتية، التى تمثل موضوعات لاهتمام الآخرين .. كما تشير الحساسية الذاتية الخاصة إلى «الاستغراق فى الذات والتفكير فى الجوانب الخفية والكامنة من الذات» .

وقد أجرى خطوات تقنين المقياس على عينة (ن :٢١٣ طالباً جامعيًا) وقام بحساب الثبات عن طريق التماسك الداخلى وكان دالا عند ٠,٠١ ، أما الصدق فقد حسب عن طريق الصدق التلازمى وكان ٠,٨٠ .

وقد قام الباحث الحالى بالإجراءات السيكومترية التالية للتحقق من صلاحية المقياس على البيئة المصرية .

(١) صدق المقياس : تم حساب صدق المقياس عن طريق :

أ – التجانس الداخلى : تم حساب التجانس الداخلى لمفردات المقياس عن طريق: حساب معامل الارتباط ، بين درجة كل مفردة ومجموع درجات مفردات المقياس ككل ..

ب– الصدق العاملى : تم استخلاص عاملين .

(٢) ثبات المقياس : استخدام الباحث طريقتين لحساب معامل ثبات المقياس :

أ – طريقة إعادة الإجراءعلى عينة قوامها ١٠٠ طالب ، بفاصل زمنى قدره أسبوعين ، وكان معامل الارتباط دالاً عند مستوى ٠,٠١ .

ب– استخدم الباحث معامل ألفا لكرونباخ لحساب ثبات المقياس ، حيث بلغ معامل ألفا لكرونباخ (ن – ٤١٩ طالباً) ٠,٦٧ .

بغية الوصول إلى المكونات الأساسية لاضطراب القلق الاجتماعى ، تم إخضاع المقاييس الثلاثة : مقياس الحساسية الذاتية ، ومقياس الخوف من التقويم السالب (خ ت س) ومقياس التقدير الذاتى للقلق (م ت ق) للتحليل العاملى ، وفقًا للطرق نفسها السالفة الذكر (المكونات الأساسية Varimax ، ومحك Kaiser) .

أسفر التحليل العاملى عن أربعة عوامل مستخلصة من المقاييس السابقة ، بلغ الجذر الكامن لكل منها واحد صحيح .

وفيما يلى هذه المقاييس ، التى تم ترجمتها وتقنينها :

١- مقياس الخوف من التقويم السلبي Fear of negative evaluation

إعداد : Watson and Friend (1987)

(خ ت س)

تعليمات :

اقرأ العبارات التالية ، وأجب عن كل عبارة على أساس أنها صحيحة أم خاطئة.

ضع دائرة حول (ص) إذا كانت الإجابة صحيحة ، أو حول الحرف (خ) ، إذا كانت الإجابة خاطئة :

تفضل بالإجابة :

العبارة		
١- نادراً ما أكون مهموماً ، من أن أبدو أحمق أمام الآخرين .	ص	خ
٢- أكون مهموماً إزاء نظرة الناس إلى ، على الرغم من أننى أعلم أن هذا لا يعنى شيئاً .	ص	خ
٣- أصير متوتراً وعصبياً إذا علمت أن شخصاً له رأى فى .	ص	خ
٤- لا أتضايق إذا علمت أن الناس يكونون انطباعات غير طيبة عنى .	ص	خ
٥- أشعر بضيق شديد إذا صدر عنى أى خطأ فى سلوكى الاجتماعى.	ص	خ
٦- أشعر أن الآراء التى يكونها أشخاص مهمون عنى يسبب لى بعض الهموم .	ص	خ
٧- غالباً ما أشعر بالخوف من أن أبدو سخيفاً ، أو أتصرف بشكل أحمق .	ص	خ
٨- لا أهتم كثيراً بما إذا كان الناس لا يرضون عنى .	ص	خ
٩- غالباً ما أخاف من ملاحظة الآخرين لأى تقصير أو خطأ يصدر عنى .	ص	خ
١٠- ليس لعدم تقدير الآخرين لى تأثير يذكر على .	ص	خ
١١- أتوقع الأسوأ من تقييم الناس لى .	ص	خ

١٢- نادراً ما يعنينى ما أتركه من انطباع عند الآخرين .	ص	خ
١٣- أشعر بالخوف من أن الآخرين لن يقدرونى .	ص	خ
١٤- أشعر بالخوف من أن الناس سوف تجد أخطاءاً لى .	ص	خ
١٥- لا تقلقنى آراء الناس عنى .	ص	خ
١٦- لا أتضايق كثيراً إذا كنت لم أرض بعض الأشخاص.	ص	خ
١٧- يشغلنى رأى بعض الناس عنى ، حينما أتحدث معهم .	ص	خ
١٨- أشعر أن أى فرد لا يستطيع أن يفعل شيئاً إزاء ما يصدر من أخطاء اجتماعية ، ولهذا فليس هناك ما يدعو للضيق إزاءها .	ص	خ
١٩- عادة ما تتملكنى الهموم إزاء نوع الانطباعات التى أتركها عند الآخرين .	ص	خ
٢٠- يشغلنى كثيراً ما لدى الأشخاص المهمين من انطباعات عنى .	ص	خ
٢١- إذا علمت أ ن شخصاً يحاول أن يكون رأياً عنى ، فإن هذا لا يؤثر على كثيراً .	ص	خ
٢٢- ينشغل بالى فما إذا كان الآخرون ينظرون إلىَّ على إنى لا أستحق التقدير .	ص	خ
٢٣- لا أبالى كثيراً مما قد يكونه الآخرون من آراء عنى .	ص	خ
٢٤- فى بعض الأوقات ، أجد نفسى مشغولاً تماماً بآراء الآخرين عنى .	ص	خ
٢٥- غالباً ما تتملكنى الهموم من أنى سأقول أو أفعل شيئاً خاطئاً .	ص	خ
٢٦- لا أبالى برأى الناس عنى .	ص	خ
٢٧- عادة ما أشعر بالثقة فى نفسى فى أن الآخرين يكونون انطباعات طيبة عنى .	ص	خ

٢٨- غالباً ما أكون مهموماً من أنى لن أكون موضع اهتمام كبير من الناس المهمين فى حياتى . ص خ

٢٩- أتضايق من أراء أصدقائى عنى . ص خ

٣٠- أصير متوتراً وعصبياً ، إذا علمت أنى سوف أكون موضع تقييم من أشخاص مهمين فى حياتى . ص خ

٢- مقياس التقدير الذاتي للقلق Self rating anxiety scale (SAS)

إعداد : William Zung (1987)

(م ت ق)

تعليمات :

فيما يلى عدد من العبارات ، نرجو أن تجيب عن كل عبارة ، بوضع علامة (×) فى العمود المناسب أمام كل عبارة .

م	العبـــــارة	معظم أو كل الوقت	قدراً كبيراً من الوقت	بعض الوقت	قليلاً من الوقت
١	أشعر بأنى أكثر قلقاً وعصبية مما هو معتاد .				
٢	أشعر بالخوف دون سبب على الإطلاق .				
٣	أتضايق أو أشعر بالانزعاج بسهولة .				
٤	أشعر كما لو كنت على وشك الانهيار .				
٥	أشعر أن كل شيء يمضى على ما يرام ولن يحدث مكروهاً .				
٦	يهتز ويرتعش ذراعاى وقدماى .				
٧	يحيرنى ما أشعر به من صداع وآلام فى الرقبة والظهر .				
٨	أشعر بالضعف والتعب بسهولة .				
٩	أشعر بالهدوء وأستطيع أن أظل ساكناً بسهولة .				
١٠	أستطيع أن أشعر بسرعة دقات قلبى .				
١١	أحتار مما أشعربه من دوار ودوخة .				
١٢	تنتابنى نوبات دوار أو أشعر بما يشبه ذلك .				
١٣	أستطيع أن أتنفس شهيقاً وزفيراً بسهولة .				
١٤	أشعر كما لو أن أصابع يداى وقدماى مخدرة .				
١٥	يحيرنى ما أشعر به من آلام فى المعدة أو عسر فى الهضم .				
١٦	أجد نفسى مضطراً إلى التخلص من البول لمرات عديدة .				
١٧	عادة ما تكون يداى جافة ودافئة .				
١٨	أشعر بأن وجهى يحمر بسهولة .				
١٩	آوى إلى فراشى بسهولة وآخذ قسطاً كافياً من النوم ليلاً .				
٢٠	تراودنى أحلام مزعجة (كوابيس) .				

٣- مقياس الحساسية الذاتية Self - consciousness scale

إعداد : Michael Scheier (1987)

(م ح ذ)

ضع علامات (×) أمام كل عبارة من العبارات التالية ، موضحاً إلى أى مدى تنطبق العبارة عليك .

م	العبـــــارة	تنطبق علي كثيراً	تنطبق علي إلي حد ما	تنطبق علي قليلاً	لا تنطبق علي إطلاقاً
١	أحاول دائما أن أحاسب نفسى على كل شيء .				
٢	تشغلنى الطريقة التى أعمل بها الأشياء .				
٣	يستغرق وقتاً طويلاً ، محاولتى التخلص من خجلى فى المواقف الجديدة .				
٤	أفكر فى نفسى كثيراً .				
٥	أعطى اهتماماً كبيراً للكيفية التى أقدم بها نفسى للآخرين .				
٦	غالباً ما تراودنى أحلام يقظة عن نفسى .				
٧	من الصعب على أن أعمل حينما يلاحظنى شخص ما .				
٨	لم أنظر إطلاقاً إلى نفسى نظرة قاسية .				
٩	أرتبك بسهولة .				
١٠	أنا حساس للطريقة التى أبدو بها للآخرين .				
١١	من السهل على أن أتحدث مع أشخاص غرباء .				
١٢	أركز انتباهى – بصفة عامة – على مشاعرى الداخلية .				
١٣	عادة ما أكون مهموماً فى محاولتى ترك انطباعات طيبة عند الآخرين .				
١٤	أفكر دائماً فى الأسباب التى تجعلنى أفعل أشياء أقوم بها .				
١٥	أشعر بعصبية حينما أتكلم أمام مجموعة من الأشخاص .				
١٦	أراجع مظهرى وأدقق فيه قبل أن أخرج من المنزل .				
١٧	أعود بنفسى (إلى عقلى) فى بعض الأحيان إلى مواقف سابقة كى أتفحص نفسى عن بعد .				
١٨	يشغلنى رأى الآخرين عنى .				
١٩	ألاحظ بسرعة ما يطرأ على حالتى المزاجية من تغيرات .				
٢٠	أنا واع فى العادة بمظهرى .				
٢١	أنا مدرك للطريقة التى يعمل بها عقلى حينما أواجه مشكلة .				
٢٢	وجودى مع مجموعات كبيرة من الأشخاص يجعلنى عصبياً .				

وقد أسفر التحليل العاملى عن هذه العوامل الأربعة المكونة لمقياس الفوبيا الاجتماعية أو اضطراب القلق الاجتماعى.

وفيما يلى عرض لهذه العوامل ودرجات تشبعها .

فقرات العامل الأول ودرجات تشبعها

م	رقم الفقرة	الفقـــرة	درجة التشبع
١	x ١٩	عادة ما أكون مهمومًا إزاء نوع الانطباعات التى أتركها عند الآخرين .	٠,٥٩
٢	x ١٤	أشعر بالخوف من أن الناس سوف تجد أخطاء لى .	٠,٥٦
٣	x ١٣	أشعر بالخوف من أن الآخرين لن يقدرونني .	٠,٥٤
٤	x ٢٥	غالبا ما تتملكنى الهموم من أنى سأقول أو أفعل شيئًا خاطئًا .	٠,٥٤
٥	x ٧	غالبا ما أشعر بالخوف من أبدو سخيفًا أو أتصرف بشكل أحمق .	٠,٤٩
٦	V ١٨	يشغلنى رأى الآخرين عنى .	٠,٤٨
٧	x ٩	غالبا ما أخاف من ملاحظة الآخرين لأى تقصير أو خطأ يصدر عنى .	٠,٤٦
٨	x ١٧	يشغلنى رأى الناس عنى ، حينما أتحدث معهم .	٠,٤٤
٩	x ٢٨	غالبا ما أكون مهموما من أنى أكون موضع اهتمام كبير من الناس .	٠,٤١
١٠	x ٢٠	يشغلنى كثيراً ما لدى الأشخاص المهمين من انطباعات عنى .	٠,٤٠
١١	x ٢٢	ينشغل بالى فيما إذا كان الآخرون ينظرون إلىّ على أنى أستحق التقدير .	٠,٣٩
١٢	x ٦	أشعر أن الآراء التى يكونها أشخاصا مهمين عنى يسبب لى بعض الهموم .	٠,٣٨
١٣	x ٢	أكون مهموما إزاء نظرة الناس إلى ، على الرغم من أنى أعلم أن هذا لا يعنى شيئاً .	٠,٣٧
١٤	V ١٠	أنا حساس للطريقة التى أبدو بها للآخرين .	٠,٣٥
١٥	x ٢٤	فى بعض الأوقات ، أجد نفسى مشغولاً تماماً بآراء الآخرين عنى .	٠,٣٣
١٦	x ٣٠	أصير متوتراً وعصبيا إذا علمت أنى سوف أكون موضع تقييم من أشخاص مهمين فى حياتى .	٠,٣٣
١٨	V ١٣	عادة ما أكون مهموما فى محاولتى ترك انطباعات طيبة عند الآخرين .	٠,٣٢

استحوذ هذا العامل على معظم عبارات مقياس «الخوف من التقييم السلبى» ، وهذا الخوف يترجم نوعًا من رهاب الآخر ؛ أى إنه خوف مرضى يجعل صاحبه مهموما وقلقا ومضطربا من الآخرين ، ويلعب الخوف من نظرة الآخر Scrutiny دورا محوريا فى الخوف من التقييم السلبي ، فصاحب هذه الفوبيا يشعر كما لو كان مراقبا ومحاصرا، وأنه موضوع لنظرة الآخر التى لا ترحم ، وإن نظراته تحاصره حيثما كان.. تشل حركته .. تجمده تجعله خائفاً وجلاً .

ولعل فى عبارة الفيلسوف الوجودى الشهير سارتر «الجحيم هم الآخرون» ما قد يعبر عن هذا المعنى ولكن بشكل فلسفى . فالآخر يتحول إلى شىء ، إلى موجود فى ذاته Being - in- it self ؛ أى يتحول إلى شىء صامت ، جامد ينتمى إلى عالم الأشياء بالنسبة للآخر . فى حين يصبح الآخر موجودا من أجل ذاته "Being for it self" أى موجودا ديناميا متحركا ، فوجوده زمنى قوامه النزوع صوب المستقبل والتنصل الدائب من الماضى والمفارقة المستمرة لذاته .

هذا ما يقصده سارتر فى العلاقة بين الأنا والآخر ، وما نقصده هنا هو ما يستند إليه الخوف من تقييم الآخر من فوبيا اجتماعية ، والفوبيا خوف مرضى مباغت، يكون مشحوناً بقلق عارم يبلغ حد الهلع ، يفضى إلى تهيؤات مرضية ، تتباين بتباين موضوع القلق ، فقد يكون اجتماعيا وقد يكون غير اجتماعى، تصاحبه فى جميع الأحيان متغيرات فسيولوجية ، وهذا الخوف من التقييم السلبى من الآخر قد يفضى إلى العزلة ، التى قد تزيد من حدة التصاق الخائف بنفسه إلى درجة الاكتئاب والوساوس القهرية وقد جاءت عبارات هذا العامل معبئة بالخوف والهم ، وخشية الآخر والهروب من نظراته المحاضرة ، والإحساس بالدونية ، والانشغال الوسواسى بأشياء لاوجود لها أصلا فى الواقع ؛ لأن الخوف ها هنا داخلى المنشأ endogenous .

وتعبر عبارات هذا العامل عن هذه المعانى ، فهو شخص يكون دومًا مهموماً إزاء نوع الانطباعات التى يتركها عند الآخرين (التشبع ، ٠,٥٩) ، وأن الناس ستكون له بالمرصاد لهذا «فهو يشعر بالخوف من أن الناس سوف تجد أخطاء له» (٠,٥٦) ، وأنه خائف من الآخرين لن يقدروه (٠,٥٤) ويظل مشغولا ، حائرا ، يعيش نهبا لوساوسه القهرية ، وعلى نحو قلق يصرح بأنه «غالبا ما يشعر بالخوف من أن يبدو سخيفا أو يتصرف بشكل أحمق» درجات التشبع على التوالى (٠,٥٤ ، ٠,٤٩) .

وتبلغ الوساوس القهرية حداً يجعله يصرح بأنه مشغول برأى الآخرين عنه (٠,٤٨) ، ويبلغ الخوف من نظرة الآخر مداه ، ذلك الخوف الذى يخفى وراءه رهاباً

اجتماعياً مزمناً ، شديد الوطأة فى «غالبا ما أخاف من ملاحظة الآخرين لأى تقصير أو خطأ يصدر عنى» (٠,٤٦) ، «فى بعض الأوقات أجد نفسى مشغولا تماما بآراء الآخرين عنى» (٠,٣٣) .

«أكون مهموما إزاء نظرة الناس إلى ، على الرغم من أنى أعلم أن هذا لا يعنى شيئاً» (٠,٣٧) ؛ فهو واع بأن نظرة الآخر له لا تعنى شيئا ، وأن ما يفكر فيه ، هو أمر غير معقول ، يكبله ويحد من حركته ويجعله خائفاً متوجساً من الآخر .

وهذا الخوف مردود إلى أنه مأسور الزمام ، مكبل برهابه الاجتماعى وما ينطوى عليه من قلق يبلغ حد الهلع ، ثم أنه يعبر عن التصاقه بنفسه وتمركزه حولها بتلك الحساسية المفرطة التى تجعله «حساسا للطريقة التى يبدو بها للآخرين» (٠,٣٥) ، وهذه الحساسية المفرطة التى تجعل من أى موقف محبط حرجاً نرجسياً ، هى مفتاح للتفسير المرضى للفوبيات الاجتماعية .

ويصاحب هذا الرهاب الاجتماعى تغيرات فسيولوجية ، تتمثل فى تلك العصبية وذلك التوتر ، الذى يحتويه إذا ما علم أنه سيكون موضع تقييم من أشخاص مهمين .

وتكاد تكون هذه العوارض وما تنطوى عليه من مضاعفات complications قاسما مشتركا لمعظم الدراسات ، التى اتخذت من الخوف من التقويم السالب موضوعا لها .

ولعل من أهمها (دين بوير ، Den Boer ، ١٩٩٩ ، فيل Veal ، ٢٠٠٠ ، بروك Brock ، ١٩٩٩) وغيرهم من الدراسات ، وهذه الدراسات تؤكد أن الخوف من التقييم السلبى يمثل أحد جوانب القلق الاجتماعى، وأنه خوف مزمن له أعراضه النفسية والمعرفية والسلوكية والاجتماعية .

وفى ضوء ذلك يمكن تسمية هذا العامل بـ «الخوف من التقييم السالب» ، ويمكن تحديد على أنه «نوع من الرهاب الاجتماعى يقوم على خشية الآخر والخوف منه ، والإحساس بأنه محاصر ومراقب بنظراته ، على نحو يجعل صاحبه يؤثر الوحدة ، لائذاً بنفسه ، هروباً من التواصل الإيجابى مع الآخرين» .

العامل الثانى :

ضم هذا العامل عبارات مستمدة من المقاييس الثلاثة ، التى تمثل المادة الخام التى انبثق منها هذا المقياس .

وتتراوح تشبعات مفردات هذا العامل ما بين (٠,٣٠ - ٠,٥٩) .

وفيما يلى عبارات هذا العامل ودرجات تشبعها .

جدول (١)

فقرات العامل الثانى ودرجات تشبعها

م	رقم الفقرة	الفقـــرة	درجة التشبع
١	٣ y	أتضايق وأشعر بالانزعاج بسهولة .	٠,٥٩
٢	٩ V	أرتبك بسهولة .	٠,٥٦
٣	٢٢ V	وجودى مع مجموعات كبيرة من الأشخاص يجعلنى عصبيا .	٠,٥٦
٤	١٥ V	أشعر بعصبية حينما أتكلم أمام مجموعة من الأشخاص .	٠,٥٤
٦	١ y	أشعر بأنى أكثر قلق وعصبية مما هو معتاد .	٠,٥١
٧	٧ V	من الصعب على أن أعمل حينما يلاحظنى شخص ما .	٠,٤٨
٨	٣ x	أصير متوترا وعصبيا إذا علمت أن شخصا له رأى فىّ .	٠,٤٤
٩	٤ y	أشعر كما لو كنت على وشك الانهيار .	٠,٤٤
١٠	٣ V	يستغرق وقتا طويلا ، محاولتى التخلص من خجلى فى المواقف الجديدة .	٠,٤٣
١١	٢ y	أشعر بالخوف دون سبب على الإطلاق .	٠,٤١
١٢	٢٩ x	أتضايق من آراء أصدقائى عنى .	٠,٣٠
١٣	٩ y	أشعر بالهدوء وأستطيع أن أظل ساكنا بسهولة .	-٠,٥٢

وتعكس عبارات هذا العامل الشعور بالانزعاج وسرعة الاستثارة والارتباك ، والعصبية والإحساس بالهم والغم والاضطراب ، والخوف من المجهول ، من المستقبل ، والإحساس بالانهيار، وعدم الاستقرار والراحة والشدة والضيق .

وكلها عوارض تعكس معنى القلق العام ، كما تمثله عبارات هذا العامل أشعر بالانزعاج بسهولة (٠,٥٩) ، أرتبك بسهولة (٠,٥٩) ، والوجود بين مجموعة من الأشخاص يسبب له عصبية وتوترا ، وأيضا ما تحدث أمام مجموعة من الأشخاص (٠,٥٤) .

وعلى الرغم من خلو عبارات هذا العامل من أعراض تتمثل فى الاكتئاب أو الوساوس القهرية أو التعب الزائد دون سبب Neurasthenia ، ولهذا فإن العامل أشبه ما يكون بإشارة إنذار بقلق داخلى المنشأ تترجمه العبارة التالية «أشعر بالخوف دون سبب» وهذا يعنى أن هناك خوفًا من شىء لم يحدث بعد ، وذلك عرض بارز من عوارض

القلق العام الذى تترجمه مظاهر الشدة والتوتر وسرعة الاستثارة وما إلى ذلك .

وفى ضوء ذلك يمكن تسمية هذا العامل باسم «القلق العام» باعتباره ظهيراً لاضطراب القلق الاجتماعى ، ويمكن تعريفه بأنه «إحساس بالشدة والتوتر والعصبية ، والخوف من المجهول ، والرهبة من الحديث أمام الآخرين ، على نحو يشعر صاحبه بالضيق والهم والارتباك» .

العامل الثالث :

استحوذ هذا العامل على معظم عبارات مقياس «التقدير الذاتى للقلق» (*) أى مقياس القلق القائم على التقدير الذاتى لما يشعر به ويحسه الفرد من أعراض فسيولوجية مصاحبة أو منذرة بالقلق ؛ حيث تؤكد عبارات هذا العامل التغيرات الفسيولوجية المصاحبة للقلق والمرتبطة على نحو أشد بالمخاوف المرضية ، ويتمثل بعضها فى الدوخة أو خفة الدماغ lightheadedness ، ونوبات الدوار dizzy spells والإغماء المنذر faintness وصعوبة التنفس وسرعة خفقان القلب وآلام الصدر والضغط عليه ، أو ما يسمى بأعراض جاكوب داكوستا Jacob Dacosta والغثيان والإحساس بالخدر والتنميل paresthesias والإسهال والصداع وتسلط الوساوس القهرى واختلال الإنية depersonalization وتحريف الواقع والتبول دون سبب والاحمرار خجلاً مصحوباً بهبوب ساخن hot flashes والاهتزاز وآلام المعدة وعسر الهضم والأرق ، وما إلى ذلك من مصاحبات فسيولوجية ، تصاحب حالة القلق أو تنذر به أو ترتبط به .

وقد أشار المرشد الطبى الأمريكى CDSM (١٩٨٧) إلى هذه التغيرات ، وأيضاً الكثرة من الباحثين الذين تناولوا موضوع اضطرابات القلق بالبحث (Bootzin وآخرون ، ١٩٩٣ ، فرود ، ١٩٩٨ ، شيهان) وغيرهم كثيرون.

وقد جاءت عبارات هذا العامل معبرة عن هذه التغيرات الفسيولوجية ، والتى تتمثل فى العوارض السالفة الذكر .. وفيما يلى هذه العبارات وما تنطوى عليه من تشبعات .

(*) Self - rating Anxiety Scale.

جدول (٢)

فقرات العامل الثالث ودرجات تشبعها

م	رقم الفقرة	الفقــــرة	درجة التشبع
١	y ٧	يحيرنى ما أشعر به من صداع وآلام فى الرقبة والظهر .	٠,٧٢
٢	y ١١	أحتار مما أشعر به من دوار ودوخة .	٠,٦٨
٣	y ١٢	تنتابنى نوبات دوار أو أشعر بما يشبه ذلك .	٠,٦٥
٤	y ١٤	أشعر كما لو كانت أصابع يداى وقدماى مخدرة .	٠,٥٦
٥	y ١٥	يحيرنى ما أشعر به من آلام فى المعدة أو عصر الهضم.	٠,٥١
٦	y ١٨	أشعر بأن وجهى يحمر بسهولة .	٠,٥١
٧	y ٦	يهتز ويرتعش ذراعاى وقدماى .	٠,٤٧
٨	y ٨	أشعر بالضعف والتعب بسهولة .	٠,٤٧
٩	y ١٣	أتنفس شهيقا وزفيرا بسهولة .	٤٥ –
١٠	y ١٠	أستطيع أن أشعر بسرعة دقات قلبى .	٠,٤٣
١١	y ١٠	تراودنى أحلامًا مزعجة (كوابيس) .	٠,٤١
١٢	y ١٩	أوى إلى فراشى بيسر وأخذ قسطا كافيا من النوم .	٣٩ –
١٣	y ١٦	أجد نفسى مضطرا إلى التبول عدة مرات .	٠,٣٣

وتؤكد الدراسات أن تشخيص القلق يتوقف على معرفة ارتباط هذه التغيرات الفسيولوجية داخل الفرد ، فهل هى نتيجة لضغوط نفسية وبيئية Psychological & Environmental Stress أم نتيجة للمخاوف المرضية ، أم تأتى نتيجة لاضطرابات بيوكيمائية Biochemical كما يفترض (شيهان Sheehan ، ١٩٨٧) .

وحينما تأتى هذه التغيرات الفسيولوجية على نحو مباغت وغير متوقع .. فإنها تكون انعكاسا لقلق داخلى المنشأ . ويمكن تحديد هذا العامل بأنه «زملة الأعراض الفسيولوجية» التى قد تكون مرتبطة بالمخاوف المرضية أو مصاحبة لها ، أو منذرة بقلق شديد يبلغ حد الهلع ، وأن هذه المصاحبات نفسجسمية؛ أى إن أسبابها ومنشأها نفسى محض .

العامل الرابع :

استحوذ هذا العامل على معظم عبارات مقياس الحساسية الذاتية .

ويوضح الجدول التالى فقرات هذا العامل ودرجات تشبعها .

جدول (٣)

فقرات العامل الرابع ودرجات تشبعها

م	رقم الفقرة	الفقـــرة	درجة التشبع
١	V ٢٠	أنا واع فى العادة بمظهرى .	٠,٥٠
٢	V ١٢	أركز انتباهى – بصفة عامة – على مشاعرى الداخلية .	٠,٤٩
٣	V ١٩	ألاحظ بسرعة ما يطرأ على حالتى المزاجية من تغيرات .	٠,٤٨
٤	V ٢١	أنا مدرك للطريقة التى يعمل بها عقلى حينما أواجه مشكلة.	٠,٤٦
٥	V ٥	أعطى اهتماماً كبيراً للكيفية التى أقدم بها نفسى للآخرين.	٠,٤٦
٦	V ٤	أفكر فى نفسى كثيرا .	٠,٤٤
٧	V ٤	تشغلنى الطريقة التى أعمل بها الأشياء .	٠,٤١
٨	V ١٧	أعود بنفسى (إلى عقلى) فى بعض الأحيان إلى مواقف سابقة ؛ كى أتفحص نفسى عن بعد .	٠,٤٠
٩	V ١٦	أراجع مظهرى وأدقق فيه قبل أن أخرج من المنزل .	٠,٣٧
١٠	V ١٤	أفكر دائما فى الأسباب التى تجعلنى أفعل أشياء أقوم بها.	٠,٣٧
١١	V ١	أحاول دائما أن أحاسب نفسى على كل شىء .	٠,٣٤
١٢	V ٦	غالبا ما تراودنى أحلام يقظة عن نفسى .	٠,٣٣
١٣	V ١١	من السهل على أن أتحدث مع إناس غرباء .	٠,٣١
١٤	x ٥	أشعر بضيق شديد ، إذا صدر عنى أى خطأ فى سلوكى الاجتماعى .	٠,٢٤

وتعكس عبارات هذا العامل والتى تتراوح تشبعاتها ما بين (٠,٣١ – ٠,٥٠) معانى الاستغراق فى الذات والتشرنق فى داخلها ، والوعى بالذات الذى يبلغ حد الالتصاق بالذات على نحو يكون فيه الفرد لائذا بنفسه ، لا يرى سواها ، وما العصاب النفسى إلا التصاقا بالذات على حساب الواقع ، التصاقًا يترجم – فى كثير من الأحيان– مشاعر فقدان أمن ، تبدو فى ذلك الاستغراق بالذات والانشغال بكل صغيرة وكبيرة ، والتدقيق فى المظهر وفى الكيفية ، التى يقدم فيها نفسه للآخرين وما إلى ذلك...

وتعكس عبارات هذا العامل هذه المعانى بدقة فهو واع فى العادة بمظهره «مركزاً انتباهه على مشاعره الداخلية» ، «ملاحظا ما يطرأ على حالته المزاجية من تغيرات» ، «مدركا للطريقة التى يعمل بها عقله عندما يواجه مشكلة» ، «مفكرا فى نفسه كثيرا» ، «معطياً اهتماماً كبيراً للكيفية التى يقدم بها نفسه للآخرين» وتشبعات هذه العبارات على التوالى (٠,٥٠ – ٠,٤٩ – ٠,٤٨ – ٠,٤٦ – ٠,٤٦) ، وهذه

العبارات تعبر ما يسميه القوصى (١٩٨٢) فقدان الأمن الذى من بعض مظاهره «التشدد والمبالغة فى الاتقان للوصول إلى درجة من الكمال ، وهذا الاندفاع للكمال يدل على ما تحته من خوف من نقد الآخرين ومن مظاهره كذلك أحلام اليقظة» . (ص ٢٣٦) .

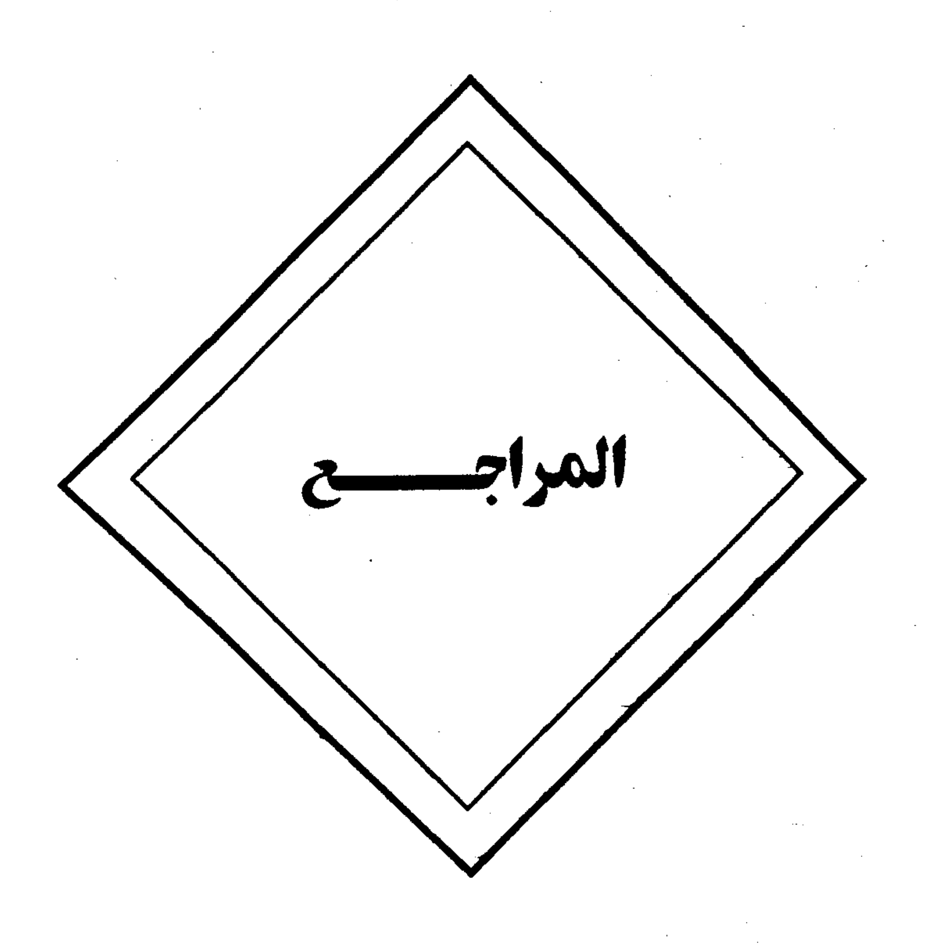
ولهذا .. فإن من أهم عوارض هذا العامل «غالبا ما تراودنى أحلام اليقظة عن نفسى» (٠,٣٣) . وأحلام اليقظة غالبا ما تكون نتاجاً لالتصاق الإنسان بذاته على نحو يفصله عن الواقع ، فكلما زاد ما يشعر به المرء من إحباطات فى الواقع ، زاد انفصاله عن الواقع وعزفه عنه ، والعيش فى كنف عزلة تملؤها أحلام يقظة تعويضية تصاحبها مشاعر تأثم تبدو فى محاسبة الذات «أحاول دائما أن أحاسب نفسى على كل شىء» (٠,٣٤) .

ويبلغ الخوف من الآخر حداً كبيراً فى الإصرار على التدقيق فى المظهر ، قبل الخروج من المنزل» (٠,٣٧) .

وهذه الحساسية المفرطة تخفى تحتها أعراضاً مرضية ، فكلما زاد نصيب الفرد من الحساسية المفرطة ، زاد نصيبه من إحباطات الحياة وزاد ما يشعربه من أعراض مرضية .. ثم أن الحساسية الذاتية تجاه الآخرين هى تعبير عن خوف عميق من الآخرين ؛ فالخوف من الآخر هو السبب الرئيسى فى المبالغة فى الاستغراق فى الذات والاهتمام بالمظهر وبالكيفية ، التى يبدو بها أمام الآخرين والوعى المفرط إزاء ما يصدر عنه ، ومحاسبة النفس على كل صغيرة وكبيرة والانفصال عن الواقع فى كنف أحلام يقظة تعويضية .

ويمكن أن نطلق على هذا العامل مصطلح «الاستغراق فى الذات» ، الذى يبدو فى ذلك الالتصاق بالذات والانشغال بها والاهتمام المفرط بالمظهر والكيفية ، التى يبدو بها أمام الآخرين على نحو يعكس إحساساً عميقاً بالرهاب الاجتماعى .

وهكذا يمكن القول أن القلق الاجتماعى اضطراب نفسى ، متعدد العوامل . ويمكن تصنيف مظاهره فى ضوء هذه العوامل .


المراجـــع

أولاً المراجع العربية

(١) سيد غنيم (١٩٨٣) : الشخصية . القاهرة : دار النهضة المصرية .

(٢) صلاح مخيمر (١٩٧٩) : المدخل إلى الصحة النفسية . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

(٣) صفوت فرج (١٩٨٩) : القياس النفسى . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.

(٤) عبد السلام عبد الغفار (١٩٧٧) : التفوق العقلى والابتكار . القاهرة : دار النهضة العربية .

(٥) عبد السلام عبد الغفار (١٩٨٠) : مقدمة فى الصحة النفسية . القاهرة : دار النهضة العربية .

(٦) عبد العزيز القوصى (١٩٨٢) : أسس الصحة النفسية . القاهرة : دار النهضة المصرية .

(٧) محمد أبراهيم عيد (١٩٩٨) : أزمات الشباب النفسية . القاهرة : زهراء الشرق .

(٨) كريس باركر وآخرون (١٩٩٩) : مناهج البحث فى علم النفس الإكلينيكى والإرشادى ، ترجمة محمد نجيب الصبوة ، ميرفت شوقى، عائشة رشدى . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

ثانيا المراجع الأجنبية

1 - Adler, A. (1927a). *The practice and theory of individual psychology*. New York: Harcourt Brace.

2 - Adler, A. (1927b). *Understanding human nature.* Garden City, NY: Garden City Publishing.

3 - Adler, A. (1929). *The science of living.* New York: Greenberg.

4 - Adler, A. (1930). *The pattern of life.* New York: Holt, Rinehart and Winston.

5 - Adler, A. (1931). *What life should mean to you.* Boston: Little Brown.

6 - Adler, A. (1939). *Social interest: A challenge to mankind.* New York: Putnam.

7 -Adler, A. (1944). Physical manifestations of psychic disturbances. *Individual Psychology Bulletin,* 4, 3 - 8 .

8 -Adler, A. (1956). *The individual psychology of Alfred Adler: A systematic presentation of selections from his writings.* H. L. & R. R. Ansbacher (Eds.). New York: Basic Books.

9 -Adler, A (1946). *Superiority and social interest: A collection of later writings.* H. L. & R. R. Ansbacher (Eds.). Evanston, IL: Northwestern University Press.

10 -Alexander, I. E. (1982). The Freud-Jung relationship __ The other side of Oedipus and countertransference: Some implications for psychoanalytic theroy and psychotherapy. *American Psychologist,* 37, 1009 - 1018 .

11 -American psychiatric Association (1987). **Diagnostic and Statis-**

tical Manual Of Mental Disorders (3rd edition, revised), Washington, D. C.

12 -American Psychiatric Association (1994). **Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorders** (4th edition, revised), Washington, D. C.

14 -Ansbacher, H. L. (1971). Alfred Adler and humanistic psychology. *Journal of Humanistic Psychology,* 11, 23 - 63 .

13 - Andrews, G., Stewart, G., Aleen, R. and Henderson, A. S. (1990): The genetics of six neurotic disorders: A twin study. **Journal of Affective Disorders,** 19, 23 - 29.

15 - Ansbacher, H. L. (1977). Individual psychology. In R. J. Corsini (Ed.), *Current persondality theories* (pp. 45 - 82). Itasca, IL: Peacock.

16 - Ballenger, J. (2000). Recognizing the patient with social anxiety disorder. **International Clinical Psychopharmacology,** Jul, Vol 15 (September 11) SI - S5)

17 - Barry, H., III, & Blane, H. T. (1977). Birth order of alcoholics. *Journal of Individual Psychology,* 62, 62 - 79 .

18 - Barkham, M. (1998) 'Empathy in counselling and psychotherapy: present status and future directions', *Counselling Psychology Quarterly,* 6 (1): 24 - 8.

19 - Barkham, M. (1990a) 'Counselling psychology: in search of an identity', *The psychologist: Bulletin of the British Psychological Society,* 12: 536 - 9.

20 - Barkham, M. and Shapiro, D. A. (1986) 'Counselor verbal response modes and experienced empathy', *Journal of Counseling Psychology,* 33: 3 - 10.

22 - Barkham, M. and Shapiro, D. A. (1990) 'Brief prescriptive and exploratory therapy for job - related distress: a pilot study', *Counselling Psychology Quarterly,* 3: 133 - 47.

23 - Bobes, Julio (1999). Social anxiety, social phobia - The course of illness prior to treatment **International Journal of Psychiatry in Clinical Practice,** Dec., Vol 3 (suppl 3): S 2.

24 - **Bootzin, R.,** Acocella, J., Alloy, L. (1993). **Abnormal Psychology.** New York: McGraw - Hill, Inc.

25 - Campbell, J. (197..) *Hero with a thousand faces.* New York: harcourt Brace Jovanovich.

26 - Cann, D. R., & Donderi, D. C. (1986). Jungian personality typology and the recall of everyday and archetypal dreams. *Journal of Personality and Social Psychology,* 50, 1021 - 1030 .

27 - Dreikurs, R. (1950). *Fundamentals of Adlerian psychology.* New York: Greendberg.

28 -Dreikurs, R. (1973). *Psychodynamics, psychotherapy, and counseling.* Chicago: Alfred Adler Institute.

29 - Erikson, E. H. (1963a). *Childhood and society* (2nd ed.). New York: Norton.

30 - Erikson, E. H. (1963b). *Youth: Change and challenge:* New York: Norton.

31 - Erikson, E. H. (1964a). *Insight and responsibility.* New York: Norton.

32 - Erikson, E. H. (1964b). Memorandum on identity and Negro youth. *Journal of Social Issues,* pp. 20-42 .

33 - Erikson, E. H. (1968a). *Identity: Youth and crisis.* New York: Norton.

34 - Erikson, E. H. (1968b). Life cycle. In *International Encyclopedia of the Social Sciences* (Vol. 9, pp. 286 - 292). New York: Crowell Collier & Macmillan.

35 - Erikson, E. H. (1969). *Gandi's truth.* New York: Norton.

36 - Erikson, E. H. (1970). Reflections on the Dissent of Contemporary youth. *Daedalus,* 99, 154 - 176 .

37 - Erikson, E. H. (1973). *In Search of Common Ground.* New York: Norton.

38 - Erikson, E. H. (1975). *Life History and the Historical Moment.* New York: Norton.

39 - Erikson, E. H. (1977). *Toys and Reasons: Stages in the Ritualization of Experience.* New York: Norton.

40 - Erikson, E. H. (1978). *Adulthood.* New York: Norton.

41 - Erikson, E. H. (1979). *Identity and the life cycle: A reissue.* New York: Norton.

42 - Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed.* New York: Norton.

43 - Erikson, E. H., J. M., & Kivnick, H. Q. (1986). *Vital involvement in old age.* New York: Norton.

44 - Evans, R. I. (1967). *Dialogue with Erik Erikson.* New York: Harper and Row.

45 - Fromm, E. (1971). *Escape from freedom.* New York: Avon.

46 - Fromm, E. (1919). *Man for himself: An inquiry into the psychology of ethics.* New York: Holt, Rinehart and Winston.

47 - Fromm, E. (1969). *The sane society.* New York: Holt, Rinehart and Winston.

48 - Fromm, E. (1974). *The art of loving*. New York: Harper and Row.

49 - Fromm, E. (1962). *Beyond the chains of illusion: My encounter with Marx and Freud*. New York: Touchstone.

50 - Fromm, E. (1986). *The revolution of hope*. New York: Harper and Row.

51 - Fromm, E. (1973). *The anatomy of human destructiveness*. New York: Holt, Rinehart and Winston.

52 - Fromm, E. (1981). *On Disobedience and other essays*. New York: Seabury Press.

53 - Frude, Neil. (1998). ***Understanding abnormal psychology***, Blackwell

54 - Funk, R. (1982). *Erich Fromm: The courage to be human*. New York: Continuum.

55 - Gilligan,C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge, M A: Harvard University Press.

56 - Goldberg, H. (1983). *The new male - female relationship*. New York: Morrow.

57 - Horney, K. (1926/1967). *Feminine psychology*. New York: Norton.

58 - Horney, K. (1937). *The neurotic personality of our time*. New York: Norton.

59 - Horney, K. (1939). *New ways in psychoanalysis*. New York: Norton.

60 - Horney, K. (1942). *Self-analysis*. New York: Norton.

61 - Horney, K. (1945). *Our inner conflicts*. New York: Norton.

62 - Horney, K. (1950). *Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization.* New York: Norton.

63 - Jones, E. (1957). *The life and work of Sigmund Freud.* New York: Basic Books.

64 - Jung, C. G. (1906/1960). The psychology of dementia praecox. In *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 3). Princeton, NJ: Princeton University Press.

65 - Jung, C. G. (1909/1973). The Psychological diagnosis of evidence. In *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 2). Princeton, NJ: Princeton University Press.

66 - Jung, C. G. (1913/1973). On the doctrine of complexes. In *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 2). Princeton, NJ: Princeton University Press..

67 - Jung, C. G. (1921/1971). Psychological types. In *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 6). Princeton, NJ: Princeton University Press.

68 - Jung C. G. (1931/1969). The structure of the psyche. In *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 8). Princeton, NJ: Princeton University Press.

69 - Jung C. G. (1936/1969). The archetypes and the Collective unconsious. In *The collected works of C. G. Jung* (Vol. 9). Princeton, NJ: Princeton University Press.

70 - Jung C. G. (1961). *Memories, dreams, and reflections.* New York: Random House.

71 - Jung C. G. (1968). *Analytical psychology: Its theory and practice* (The Tavistock Lectures). New York: Pantheon.

72 - Maccoby, E. E. (1990). Gender and relationships: A developmental account. *American Psychologist,* p. 45, pp.513 - 520.

73 - Maccoby, M. (1981). *The leader.* New York: Simon and Schuster.

74 - Maccoby, M. (1988). *Why work: Leading the new generation.* New York: Simon and Schuster.

75 - Marcia J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology,* 3, 551 - 558.

76 - Marcia. J. E. (1967). Ego identity status: Relationship to change in self-esteem, "general adjustment," and authoritarianism. *Journal of Personality,* 35, 118 - 133.

77 - Marcia J. E. (1980). Identity in adolescence. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology.* New York: Wiley.

78 - Maddi, S. R., & Costa, P. (1972). *Humanism in personology: Allport, Maslow, and Murray.* Chicago: Aldine - Atherton.

79 - Maslow, A. H. (1950). *Self-actualizing people: A study of psychological health. Personality symposia: Symposium #1 on values* (pp. 11 - 34). New York: Gurne & Stratton.

80 - Maslow, A. H. (1956). A philosophy of psychology. In J. Fairchild (Ed.), *Personal problems and psychological frontiers.* New York: Sheridan House.

81 - Maslow, A. H. (1964). *Religions. values and peak experiences.* New York: Viking.

82 - Maslow, A. H. (1965). *Eupsychian management: A Journal.* Homewood, II,: Irwin-Dorsey.

83 - Maslow, A. H. (1966). *The psychology of science: A reconnaissance.* New York: Harper and Row.

84 - Maslow, A. H. (1967). A theory of metamotivation: The biological rooting of the value-life. *Journal of Humanistic psychology,* 7, 93 - 127.

85 - Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being* (2nd ed.). New York: Van Nostrand.

86 - Maslow, A. H. (1969). Toward a humanistic biology. *American Psychologist,* 24, 724 - 735.

87 - Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). New York: Harper and Row.

88 - Maslow, A. H. (1971). *The farther reaches of human nature.* New York: Viking Press.

89 - Maslow, A. H. (1987). *Motivation and personality* (3rd ed.), New York: Harper and Row.

90 - Mattoon, M. A. (1981). *Jungian psychology in perspective.* New York: Free Press.

91 - McLeod, J. (1994). *Doing Counselling Research.* London: Sage.

92 - McLeod, J. (1993). *An Introduction to Counselling.* Buckingham: Open University Press.

93 - Richards, T. (2000). Social anxiety disorder: Definition. ***The Social Anxiety Institute,*** INC. U. S. A.

94 - Scheier, M., Carver, C. (1987). Self - Consciousness Scale (SCS). In Corcoran, K., Fischer (Eds.), ***Measures for Clinical Practice.*** London: Collier Macmillan Publishers.

95 - Sheehan, D. (1982). Panic attacks and phobias. New ***England Uournal Of Medicine.*** 307, 156 - 158 .

96 - Vaihinger, H. (1911). *The philosophy of "as if."* New York: Harcourt, Brace.

97 - Wagner, M. E., & Schubert, H. J. (1977). Sibship variables and United States persidents. *Journal of Individual Psychology,* 62, 78 - 85 .

98 - Watson, D. Friend. R. (1983). Fear of negative evaluation, Personality and Social Psychology, Bulletin, 9, 371 - 375. In Corcoran, K., fischer, J (1987): ***measures for clinical practice.*** Collier, London: Macmillan Publishers.

99 - Wittchen, H. (2000). The many faces of social anxiety disorder. ***International Clinical Psychopharmacology.*** Jul, Vol 15 (supp 11) S 7 - S 12.

100 - Woolfe, R. (1990) 'Counselling Psychology in Britain: an idea whose time has come', *The Psychologist: Bulletin of the British Psychological Society,* 12: 531 - 5 .

101 - World Health Organization: ***The ICD - 10 Classification of mental behavioral disorders,*** Geneva: WHO, 1992.

102 -Zarski, J. J., Bubenzer, D. L., & West, J. D. (1986). Social interest, stress, and the prediction of health status, *Journal of Counselling and Development,* 64, 386 - 389.

103 - Zimbardo, P. (1977). ***Shyness: What is it? and what to do about it?*** Reading, Mass: Addison - Wesley in Massachusetts.